



www.ibtesama.com

أيقظ قدراتك واصنع مستقبلك

NDUSTRY FUTURE

** معرفتي **
www.ibtesama.com
منتديات مجلة الإبتسامة

د. إبراهيم الفقي
رائد التنمية البشرية
الكاتب الخبير والمحاضر العالمي




أيقظ قدراتك
واصنع مستقبلك
د. إبراهيم الفقي

أيقظ قدراتك واصنع مستقبلك

INDUSTRY FUTURE

رائد التنمية البشرية
الكاتب الخبير والمحاضر العالمي

د. إبراهيم الفقي





1429 هـ
2008 م

اسم الكتاب : أيقظ قدراتك واصنع مستقبلك
اسم المؤلف : الكاتب الخبير والمحاضر العالمي د / إبراهيم الفقي
مقاس القطع : 14.5 X 21
الإيداع القانوني : 5535 / 2008
الترقيم الدولي : 7- 014 - 426 - 977
عدد الألوان : 2 لون

جميع حقوق الطبع محفوظة

يمنع طبع هذا الكتاب أو جزء منه بكل طرق الطبع ، والتصوير ، والنقل ، والترجمة ، والتسجيل المرئي والمسموع والحاسوبي ، وغيرها من الصور إلا بإذن خطي من :

دار الراية للنشر والتوزيع

دار الراية للنشر والتوزيع

تليفون : ٠٢ ٣٣٤٤٦٧٢٧ فاكس : ٠٢ ٣٣٠٢٦١٣٧
E-mail : rayatop@hotmail.com



بِسۡمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحۡمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ

وَقُلِ ٱعۡمَلُواْ فَسَيَرَى ٱللَّهُ عَمَلَكُمۡ وَرَسُولُهُۥ
وَٱلۡمُؤۡمِنُونَۖ وَسَتُرَدُّونَ إِلَىٰ عَٰلِمِ ٱلۡغَيۡبِ
وَٱلشَّهَٰدَةِ فَيُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمۡ تَعۡمَلُونَ

التوبة : 105

** معرفتي **
www.ibtesama.com
منتديات مجلة الإبتسامة

أيقظ قدراتك
واصنع مستقبلك

د. إبراهيم الفقي

المقدمة

في عام ألف وتسعمائة وثمانية وأربعين ذهب مجموعة من العلماء الجيولوجيين إلى أفريقيا بحثًا عن الماس والأحجار النادرة ، وكان من بين هؤلاء العلماء عالم ياباني يدعى " **يوكي** " ، وكان " **يوكي** " شابًّا قد ناهز الثلاثين من عمره ، وكان مليئًا بالحماس والحيوية ، وعُرف بالمثابرة وبحبه للمغامرة .

كان يستيقظ مبكرًا .. في الخامسة صباحًا ؛ ليبدأ رحلته اليومية في البحث عن الماس والأحجار الكريمة النادرة ، ثم يعود إلى الفندق في العاشرة مساء .

مرت الأيام ، ومع ذلك لم يجد " **يوكي** " أي شيء يُذكر ، فقرر بعد مرور أسبوعين آخرين أن يوقف البحث ويعود إلى اليابان ؛ حين كان قد فقد كل الأمل في العثور على شيء ، وكانت هذه هي المرة الأولى في حياة " **يوكي** " التي يتخلى فيها عن هدف من أهدافه .

وفي اليوم الأخير أنهى " يوكي " عمله في الخامسة مساء ، وقرر أن يعود إلى الفندق لينهي إقامته ويعود إلى بلاده ، وفي طريقه إلى الفندق قابل طفلاً قد قارب السادسة من عمره ، وفي يده حجر كبير ذو شكل غريب ، فطلب هذا الطفل من " يوكي " أن يأخذ هذا الحجر منه مقابل أن يعطيه بعض الحلوى ، فأعطاه " يوكي " الحلوى وأخذ منه ذلك الحجر الكبير اللامع ، وذهب به إلى الفندق لكي يبحثه بمجهره الخاص به ، والذي أحضره معه لهذا الغرض ..

وعندها لم يصدق " يوكي " عينيه ؛ فأعاد البحث مرة أخرى .. ثم مرة بعد مرة .. واستمر في إعادة البحث عدة مرات متتابعة لم ينَم خلالها دقيقة واحدة ؛ فلقد كان هذا الحجر الذي رآه " يوكي " هو أكبر ماسة شاهدها في حياته ، والتي تزيد قيمتها عن العشرة ملايين من الدولارات ! !

وبعدها كتب " يوكي " في بحثه أن ذلك الطفل كان يمتلك ثروة كبيرة ، ولكنه لم يكن يعرف قيمتها ؛ فباعها رخيصة ، ولو كان يعرف حقيقة قيمتها لما باعها بهذا الثمن البخس ، ولو كان قد علم لكانت سببًا في نجاته هو وعائلته ، بل والحي بأكمله من الفقر والجوع .

وأنا شخصيًا أقول :إن كثيرًا من الناس لا يعرف حقيقة قدراته اللامحدودة التي وهبها الله ﷻ له ؛فيضيع وقته ،بل وحياته ونفسه رخيصة .. تمامًا مثل ذلك الطفل الذي لم يعرف حقيقة ما كان بين يديه .

وهذه الحقيقة تذكرني بقصة أخرى حدثت منذ أكثر من ألفي عام ، وذلك عندما اجتمع بعض الصينيين ، وقرروا أن ينحتوا تمثالاً من الذهب يزيد وزنه عن خمسة أطنان ، وكان الهدف من بنائه أن يكون من أهم الآثار الصينية التي يتكلم عنها التاريخ ، ويشاهدها السياح والمهتمون من كافة أنحاء العالم ، وبالفعل استطاعوا أن يبنوا ذلك التمثال .

وبعد الانتهاء من بناء ذلك التمثال الضخم مباشرة ، هجم جيش يدعى " **البرمود** " على الصين ، وكان ذلك الجيش معروفًا بالشراسة لأبعد الحدود ، وكان عندما يهاجم أي قرية أو بلد فهو يهدم ويحرق كل شيء ، ولا يترك أي شيء حيًّا ؛ فخاف كهنة الصين على التمثال ، وقرروا أن يغطوه بالطين السميك ؛ حتى لا يكتشف جيش البرمود أمره ، وبالفعل قاموا بتغطية التمثال بالطين ، ثم بعد الانتهاء من ذلك حدث ما توقعه الكهنة ، وهجم جيش " **البرمود** " على قريتهم ، وحطَّم كل شيء فيها ، وقتل أهلها ، ومنهم هؤلاء الكهنة ، ووجدوا التمثال الضخم أمامهم ، ولم يكن بالنسبة لهم ذا أهمية أو قيمة ؛ فهو فقط مجرد تمثال ضخم من الطين ، فتركوه وشأنه .

وتمر الأيام ، والتمثال موجود في مكانه لم يتحرك ، ومنذ حوالي مائة وخمسين سنة قررت السلطات الصينية نقل التمثال من مكانه ووضعه في **بكين** (عاصمة الصين) ؛ على أنه من الآثار الصينية ، دون علمهم بما بداخله .

منتديات مجلة الابتسامة www.ibtesama.com **معرفتي**

فأحضروا المعدات القوية المتوفرة لديهم لرفع التمثال ووضعه في ناقلة ضخمة كي ينقلوه إلى بكين ، وكانت تجربة صعبة للغاية ، فلقد كان الطقس شديد البرودة ، والمطر غزير جدًّا ؛ فحدث شرخ في التمثال ، فصرخ كاهنهم الأعلى فيهم بأن يتوقفوا عن رفعه ، وأن يتركوه على الأرض حتى اليوم التالي ، حتى يهدأ الطقس وتتوقف الأمطار ، ففعلوا وتركوا التمثال على الأرض .

كان هذا الكاهن العجوز شديد الذكاء ، وكان عنده فضول وحب استطلاع ، فأحضر بطارية ، وركز أشعتها على ذلك الشرخ الذي في التمثال ؛ فوجد انعكاسًا ضوئيًّا لضوء البطارية ، ولم يصدق الكاهن نفسه حينها ؛ فمن المعلوم أن الطين لا يعطي انعكاسًا ضوئيًا ؛ فأحضر مطرقة ومسامير وأخذ في توسيع ذلك الشرخ ، وكان الانعكاس الضوئي يزداد قوة ، مما زاد من همة ذلك الكاهن أن يستمر في عمله ، ثم طلب المساعدة من باقي الكهنة ، فأخذوا جميعًا في تكسير الطين من فوق التمثال ، وبعد عشر ساعات من العمل المتواصل وقفوا جميعًا مذهولين حين وجدوا أمامهم تمثالاً من الذهب الخالص ، قيمته غير محدودة ، ولم يروا مثل روعته أبدًا في عصرهم .

لقد وجدوا تمثالاً ذهبيًّا بداخل غطاء الطين ، وجدوا بداخل الطين حقيقة التمثال وقيمته اللامحدودة ، وأعلنوا الخبر وهم في سعادة غامرة ، وتدخلت السلطات الصينية ، ونقلوا التمثال الذهبي بحرص شديد إلى العاصمة لكي يكون مصدرًا لجذب المهتمين والسياح ، وهذا التمثال موجود الآن في الصين ،

وقصته مكتوبة عليه ، ومكتوب عليه أيضًا حكمة صينية ، وهي : " **بداخل الطين كنز** " .

وأنا أقول للناس : إن بداخل كل فرد من البشر كنزًا من القدرات التي وضعها الله ﷻ بداخلنا .

ولقد قال لنا المولى ﷻ في كتابه الكريم : ﴿ وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلاَ تُبْصِرُونَ ﴾[1] .

ولكن معظم الناس لا يبحثون بداخلهم كي يكتشفوا قدراتهم الحقيقية ؛ لأن عالمهم المحيط بقدراتهم مليء بالبرمجة السابقة والاعتقادات والأحاسيس السلبية التي تبرمج بها الماضي من العالم الخارجي ، فكانت بداية هذه البرمجة من الوالدين ، ثم من المحيط العائلي ، ثم من المحيط الاجتماعي ، ثم من محيط الدراسة ، ثم من الأصدقاء ، ثم من وسائل الإعلام ، بالإضافة إلى القيم التاريخية والدينية والجغرافية ، أي أن أكثر من 90 % من قيمنا العاطفية مكتسبة من العالم الخارجي ؛ لذلك فهي تبرمجنا سلبيًا ، وقد قام بعض الباحثين بكلية الطب في "**سان فرانسيسكو** " بالبحث عن نوعية برمجة الإنسان ، فوجدوا أن أغلبها سلبي ويعمل ضدنا ، وما هذه البرمجة إلا دفن لقدراتنا اللامحدودة بداخلنا ، المغطاة بالاعتقادات والأحاسيس والإدراك السلبي عن قيمتنا الحقيقية .. تمامًا مثل ذلك التمثال الصيني المغطى بالطين ، والذي كان بداخله قيمة غير محدودة .

---

1 - سورة : الذاريات ، الآية : ٢١

وحين قال لنا الله ﷻ في كتابه الكريم : ﴿ وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ ﴾ .. أراد ﷻ منا أن ننظر بداخلنا ، وأن لا نتأثر ببرمجة سلبية من العالم الخارجي ، وأن ندرك روعتنا وقيمتنا الحقيقية .

ولقد أعطانا الله ﷻ قدرة العقل البشري على البحث والتحليل والاستدلال والقدرة على الاكتشاف ؛ لكي نؤمن به ﷻ أكثر .. ونطيعه أكثر .. ونرتبط به أكثر .

والآن دعنا نقدم لك ما نعرفه في هذه اللحظة عن بعض قدراتنا ، والتي من المؤكد أنها تزيد على ذلك الذي نعرفه بكثير ، ولكننا لا نعرف مداها بعد ، ولكن الله ﷻ أعطانا العقل وقدرته على البحث والاستكشاف والاستدلال والمعرفة .

** منتديات الإبتسامة www.ibtesama.com **

✦ **ولنبدأ بالعقل البشري ، ذلك الشيء الذي كرمنا الله ﷻ به .**

فالعقل البشري يحتوي على أكثر من 150 مليار خلية عقلية ، وقد كتب **الدكتور/ هربرت** من جامعة " **هارفارد** " بالولايات المتحدة الأمريكية في بحثه عن العقل البشري ، وأيضًا في كتابه : " **علاج وقدرة بلا حدود** " .. فقال : إننا لو بدأنا العدَّ من الرقم واحد حتى نصل إلى 150 مليار فسوف نحتاج إلى 5000 سنة !!! تخيل !!! وأن العقل البشري قدراته لا محدودة ، وأن العلماء قالوا في الخمسينيات من هذا القرن : إننا كبشر نستخدم حوالي 50 % من قدرات العقل ، ثم قالوا في الستينيات : إننا نستخدم فقط

20 % ، ثم في السبعينيات قالوا : إننا نستخدم فقط10 % ، ثم في الثمانينيات قالوا : أننا نستخدم5 % ، ثم في التسعينيات قالوا : أننا نستخدم 1% .

ثم الآن ، وفي كتاب لأحد الباحثين الأمريكيين بعنوان : "The SIX E" F" s" كتب قائلاً : إننا لا نستخدم أكثر من 0.1 % فقط من قدرات العقل البشري .

تخيل !!! واختلف معه العلماء بأننا نستخدم حوالى10 % من العقل.

ولو أننا أخذنا رأي العلماء بأننا نستخدم10 % من قدراتنا العقلية ، والتي حققنا كل هذا التقدم في كافة المجالات بما في ذلك الطب والنفس البشرية والألكترونيات ... إلخ من الاكتشافات التي نتمتع بها الآن ، فما بالك لو أننا استطعنا فعلاً أن نستخدم15 % أو20 % ، وما الذي يحدث لو أننا استخدمنا 50 % من قدراتنا العقلية ، وما الذي نستطيع تحقيقه فعلاً لو أننا اكتشفنا كافة أسرار ذلك العقل البشري واستطعنا أن نستخدم الـ100 % كاملة .

سأترك لك الخيال ، وتأكد أن الذي تستخدمه لا يتعدى1 % ؛ لأننا لا نستخدم أكثر من ذلك الآن !!!

واستمر **الدكتور/ هربرت** في بحثه عن العقل البشري وأكد أن العقل البشري عنده القدرة على التركيز على سبعة معلومات ، تزيد معلومتين أو

تنقص ، وأن العقل اللاواعي عنده القدرة على استقبال أكثر من مليوني معلومة في الثانية الواحدة ، وأن سرعة تفكير الإنسان تزيد على سرعة الضوء الذي هو 186 ألف ميل في الثانية الواحدة .

وأما عن مخزون ذاكرة الإنسان ففي كل خلية عقلية يوجد مليون خلية أصغر منها تدعى "**سنابزس**" ، وأن بداخل كل "**سنابزس**" مليون خلية ذاكرة ، وإذا أردنا أن نحسبها فلو أننا ضربنا مليونًا في مليون في 150 مليار تكون النتيجة هي حجم مخزون الذاكرة التي نعرفها الآن .. تخيل ! ! !

والعجيب أن بعض الناس يقول عن نفسه : إن ذاكرته ضعيفة ! ! ! بل إنه لا يعرف أن تركيزه مشتت بالتفكير في أشياء كثيرة في وقت واحد ؛ فهو لا يعرف أن العقل يتعامل مع شيء واحد فقط في وقت معين ، ثم يتعامل مع الذي يليه ، ثم الذي يليه .. وهكذا ، وما يفعله هذا الشخص هو أنه يحاول أن يتعامل مع أشياء كثيرة معًا في وقت واحد ؛ فيتسبب في تشتيت أفكاره .. لا أكثر ، وأما الذاكرة فهي بريئة من أفكاره السلبية عنها .

ولو استطردنا في الحديث عن العقل البشري سنحتاج إلى كتب تتعدى هذه الكلمات ، ولكن أكتفي بهذا القدر في هذا الكتاب .

✦ **والآن إذا أردنا أن نتأمل في العينين ..**

نجد أن عندهما القدرة على التعرف على 10 ملايين لون في الحال بدون تفكير ، وأن العينين تطرفان (تغمضان وتنفتحان) حوالي 18000 مرة في

اليوم الواحد ؛ لكي تحافظ على الطاقة الكهرومغناطيسية التي تحتويها ؛ وبالتالي ترى بوضوح ، والأحماض التي تفرزها العين على شكل دموع مالحة لكي لا يستطيع أي ميكروب أو حشرة الدخول إليها حتى يهلك تمامًا ..

فتخيل الروعة في خلقتك والمعجزات التي جعلها الله ﷻ فيك ، وهذا شيء بسيط جدًا عن العينين وقد راتهما اللامحدودة .

✦ **ثم دعنا الآن نذهب إلى الأنف ..**

إن ذلك الأنف عنده القدرة على التعرف على أكثر من 2000 رائحة مختلفة ، وأيضًا له قدرة فائقة على التنفس وتنقية الأوكسجين من كافة الشوائب بالشعيرات التي فيها ؛ وذلك لكي يصلك الأوكسجين النقي الذي يتغذى عليه المخ ، وتتغذى عليه كل خلية فيك .

والفم واللسان وقدرتهما على التعرف على الطعم المختلف ..

والأسنان وقدرتها على المضغ ..

واللعاب وروعته في مساعدة الجهاز الهضمي على الهضم ..

والأحبال الصوتية وقدرتها على التلين لكي يخرج الكلام واضحًا للناس ..

إنها معجزات من عند الله ﷻ يبينها لخلقه

ومع كل ذلك فلم نتكلم عن روعة **الجلد والشعر** .. والتفاصيل الأخرى ..

وهذا **القلب** .. الذي يدق حوالي 100000 دقة يوميًا دون أن تشعر أنت بذلك ..

والكبد وروعته .. **والكلى .. والطحال .. والمعدة** .. كل شيء بداخلك معجزة ليس لها حدود ، يعمل كل منها بمفرده في دقة تامة ، وأيضًا يعمل الجميع في فريق عمل متحدٍ في دقة وروعة ، ونظام تام يدل على عظمة الخالق ﷻ .

ولو استطردنا في الكلام عن عظمة الخالق ﷻ وما أعطاه لنا لن نستطيع ذلك ، والمولى ﷻ يقول في كتابه العزيز : ﴿ وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ لاَ تُحْصُوهَا ﴾[1] .

كما أن الله ﷻ خلقنا في أحسن تقويم ، وفضلنا على كثير من مخلوقاته ، وخلقنا بيده الكريمة ، وسخر لنا كل ما في هذا الكون ، وجعلنا خلفاء في الأرض ، ونفخ فينا من روحه ، وأعد لنا جنَّة عرضها السموات والأرض ، ومغفرة منه ورحمة ، فحب الله ﷻ يفوق خيال البشر ..

كل هذا الكلام لا يعطيك كل حقك ، وإنما هو ببساطة شديدة جزء قليل من روعتك وقدراتك اللامحدودة .. فكر معي :

الحمد لله .. الحمد لله .. الحمد لله

ولقد قررت أن أكتب هذا الكتاب .. وأن أسميه :

" أيقظ قدراتك .. واصنع مستقبلك "

وقسمته إلى جزأين :

---

1 - سورة : إبراهيم ، الآية : ٣٤ .

✦ **الجـــــزء الأول: أيقظ قدراتك** .. وفيه تكتشف قدراتك اللامحدودة التي وهبها لك الله سبحـانه وتعالى ، وتعرف أنك أكبر وأقـوى من أي تحدٍ من تحديات هذه الحياة .

✦ **الجـــــزء الثاني: اصنع مستقبلك** .. وهو يركز على كيفية استخدام هذه القدرات الرائعة ؛ لكي تحقق أهدافك وتبني مستقبلاً رائعًا .

والآن دعني أسألك :

ألم يحن الوقت أن تعرف حقيقة من أنت ؟

ألم يحن الوقت أن تعرف قدراتك اللامحدودة ؟

ألم يحن الوقت أن تكُف عن الشك في قدراتك ؟

ألم يحن الوقت أن تكف عن الشكوى واللوم والنقد والمقارنة ؟

ألم يحن الوقت أن تعرف كيف تتعامل مع لصوص الأحلام ؟

ألم يحن الوقـــت أن تنظر إلى الخوف في عينيك ؛ كي تقـــول له : " لن تمنعني بعد الآن من تحقيق أهدافي " ؟

ألم يحن الوقت أن تقول لله عز وجل:

يا رب العالمين .. اغفر لي جهلي بنفســـــي ، اغفر لي عدم معرفة عطاياك اللامحدودة ، اغفر لي جهلي بقدرتك وقوتك ..

ثم تعاهد الله عز وجل أن تكتشف قدراتك ، وتتعرف على ذاتك الحقيقية .

ثم تعاهده سبحانه وتعالى أن تستخدم قدراتك على أفضل وجه .

ألم يحن الوقت أن تنظف الطين الذي يحيط بك من البرمجة السلبية التي اكتسبتها من الماضي ؟!

أن تسامح الجميع ؟!

أن توقظ المارد الذي بداخلك ؟!

ألم يحن الوقت أن تعرف قيمة تلك الماسة التي بين يديك ؟!

ألم يحن الوقت أن تصنع مستقبلك ؟!

كرر معي الآن :

حان الوقت .. حان الوقت

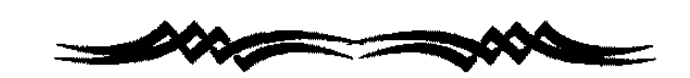
تعالَ معي كي نغوص معًا في أعماق النفس البشرية ونكتشف روعتها .

تعالَ معي في رحلة إلى داخلك ، كي نشاهد فيها العجائب والروعة ومعجزات الخالق ﷻ .

تعال معي في طريق اليقظة .. طريق الحرية .. طريق النجاح والسعادة .

حان الوقت أن ..

توقظ قدراتك .. وتصنع مستقبلك



الجزء الأول

د. إبراهيم الفقي

أيقظ قدراتك

بِسۡمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحۡمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ

وَفِيٓ أَنفُسِكُمۡۚ أَفَلَا تُبۡصِرُونَ

الذاريات : 21

أيقظ قدراتك

آيقظ قدراتك

عندما ندرك قــدرات الإنســان غير المحدودة ، وندرك أننا لو استخدمناها كما يجب أن تُستخدَم .. فإننا نستطيع أن نحقق أهداف حياتنا ، وأن نعيش أحلامنا ، بل وتكون رحلة حياتنا مليئة بالسعادة وراحة البال ..

والآن دعني أسألك ..

إذا كان فعلاً عندنا كل هذه القدرات ، وإذا كنا فعلاً نستطيع أن نحقق أهداف حياتنا ، ونعيش في سلام داخلي وسعادة ونجاح مستمر ، إذا كان ذلك فعلاً حقيقة واقعة ، لماذا لا يحقق معظم الناس أهداف حياتهم ؟!

لماذا يعيش معظم الناس في دوامة من التحديات والصعوبات ؟

لماذا يبيع الناس أنفسهم بأقل الأسعار ؟

إن الإجابة على هذه الأسئلة تتلخص في كلمة واحدة .. وهي : **عدم الإدراك .**

عدم إدراك الإنسان بأنه أقوى وأفضل مما يفكر .

عدم إدراكه لبرمجته السلبية السابقة التي تبرمج بها من العالم الخارجي .

عدم إدراكه أنه لا يُقيَّم بسلوكه ولا لونه ولا شكله ولا منصبه ولا عائلته .. ولكنه أفضل مخلوق عند الله ﷻ .

وباختصار .. عدم إدراك قيمته الحقيقية

دعني أقص عليك قصة قصيرة عشت أحداثها ، ومنحتني خبرة كبيرة عن الإدراك .

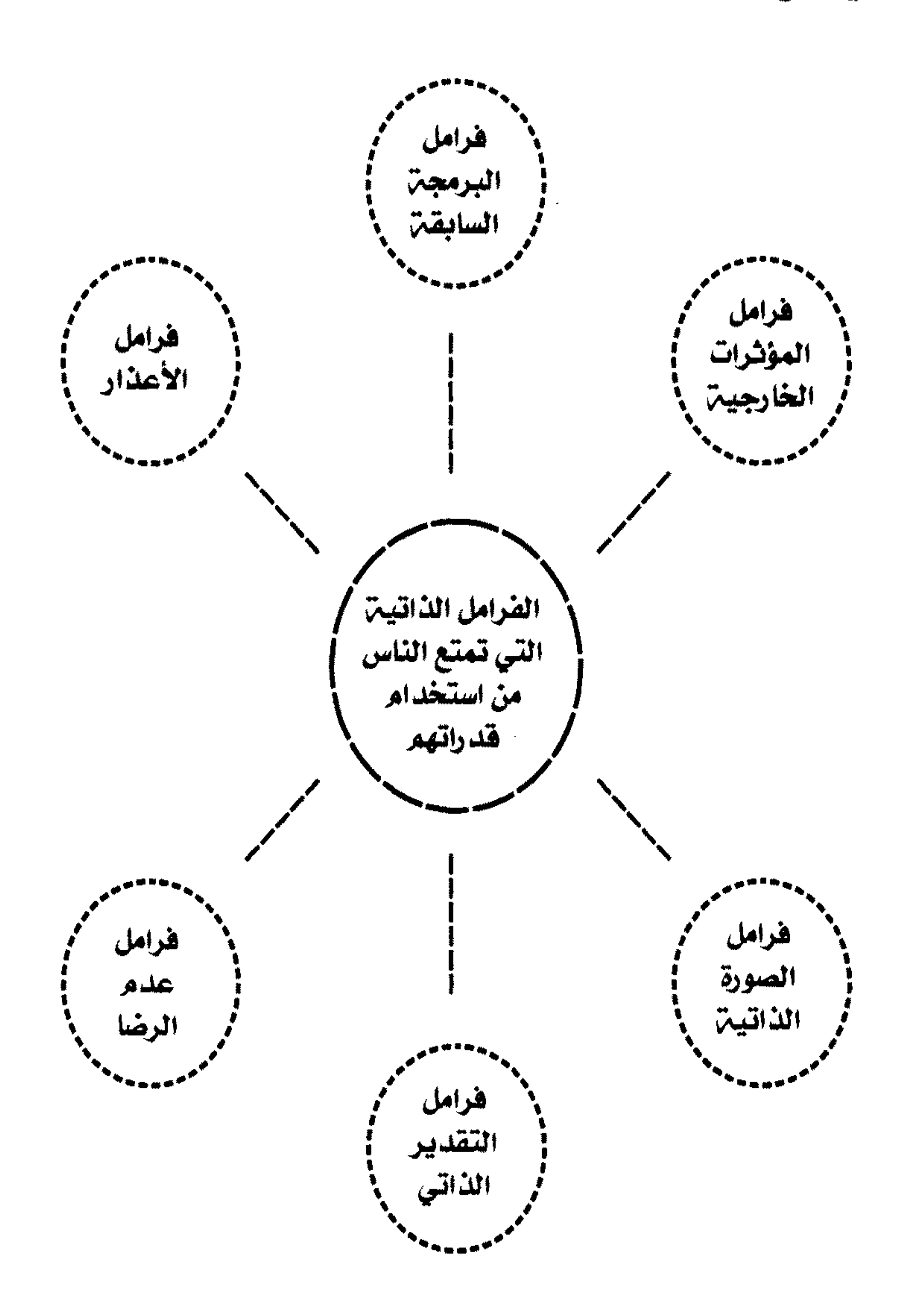
كنت مدعوًّا ذات يوم لأحاضر مجموعة من رجال الأعمال الشباب في **مونتريال** ، وعندما ركبت سيارتي وأدرت المحرك وأردت قيادة السيارة وجدت السيارة لم تتحرك من مكانها ؛ فضاعفت ضغطي على بدال البنزين ، ولكن السيارة لم تتحرك أيضًا ، ولكن صوت المحرك ازداد قوة .. فنزلت من السيارة واتصلت بالمختصين الذين حضروا في أقل من نصف ساعة ، وكانت المفاجأة .. وهي أن السيارة لم تتحرك لأن مكبح (**فرامل**) اليد كان معلقًا ! ! ! تخيل .. لم تتحرك السيارة بسبب الفرامل ، وكان كل ما عليَّ أن أفعله لكي أستطيع استخدام قوة السيارة وأن تسير بسرعتها هو أن أبْطِل عمل الفرامل .

تمامًا مثل كثير من الناس .. يستخدم فرامل توقف عقله عن التفكير في إمكانياته واحتمالات النمو والتقدم ، إنها فرامل التفكير السلبي والاعتقاد السلبي عن نفسه وعن الآخرين ، بل وحتى عن الدنيا كلها .

هذه الفرامل تمنعه من التقدم للأمام ، ولكن الخبر السار في ذلك هو أن أنا

وأنت وكل إنسان على وجه الأرض يستطيع أن يبْطل عمل فرامل عقله ، ويستخدم قدراته ، ويحقق أهدافه .

وقبل أن نتكلم عن ذلك دعنا نكتشف معًا أنواع الفرامل الذاتية التي تمنع معظم الناس من استخدام قدراتهم .



✦ فرامل الأعذار:

✦ عذر الحالة النفسية :

أذكر قصة لإحدى النساء .. كانت مدرِّسة ناجحة وسعيدة في عملها ، وكانت حياتها عادية ومستقرة جدًّا ، وكانت متزوجة ولديها ثلاثة أولاد ، ثم حدث خلاف عادي بينها وبين مديرة مدرستها ، فأصبح كل تركيزها منصبًّا على هذا الخلاف الذي نشأ بينها وبين مديرتها ، حتى أصبحت لا تطيق الذهاب للعمل ، حتى وصل بها الأمر أن قدمت استقالتها من العمل من شدة الهم الذي تجده ، وكل ذلك كان بسبب شخص واحد .. هو مديرة المدرسة ! !

ثم لما تفرغت واستقرت في بيتها كانت سعيدة بهذا الوضع الجديد ، فكانت تهتم بأبنائها وزوجها ، ثم لما استمرت بها تلك الحال مدة شعرت بنوع من الملل نتيجة تلك الرتابة التي تعيشها ، حتى وصلت إلى الاكتئاب ، الذي لم تستطع معه العودة للعمل ، ونسيت تمامًا أنها كانت تعمل في يوم من الأيام ، ولكن خلافها مع شخص معين جعلها لا تركز إلا على الصعوبات التي واجهتها ، هذا التركيز الذي جعل حالة الضيق العادية التي مرت بها تتحول إلى حالة نفسية ، ثم اقتنعت بهذه الحالة ، وحينئذٍ اقتنعت بهذه الحالة ، فأصبحت تبرر لنفسها بهذا العذر .. عذر الحالة النفسية .

✦ عذر الحالة العائلية :

كثيرًا ما نسمع بعض الناس يقول : إن والدي لم يحبني أبدًا .. أو : إن والدتي لم تحترمني قط .. أو : إن إخوتي لا يقدرونني ..

www.ibtesama.com
منتديات مجلة الإبتسامة
** معرفتي **

وقد يقول البعض : إن أبي وأمي لم يتدربا على تربية الأطفال تربية صحيحة ..

وأقول له : أخبرني عن أب أو أم تدربا على تربية الأطفال ، وربيا أبناءهم تربية صحيحة على أحسن ما ينبغي .

وقد يقول قائل : إن حالتي العائلية كانت صعبة جدًا ، لقد تربيت تربية قاسية جدًا ، كنت أُضرب .. أو كنت أهان ... إلخ .

وهذه فتاة تبلغ من العمر حوالي **تسعة عشر عامًا** ، أتتني في استشارة خاصة ، وكانت تبكي بطريقة غير طبيعية حين كانت تتحدث عن والدها ، حتى قالت : إنها تكرهه ، ولا تطيقه ، وأنها تفضل الانتحار على الحديث معه ، بل إنها فعلاً حاولت الانتحار أكثر من مرة ؛ وذلك لقسوة والدها وشدته عليها .

ثم في يوم من الأيام حدث أن قابلني والدها في إحدى أمسياتي ، وبمجرد أن رآني بادرني بالقول : إنني في أمسِّ الحاجة إليك كي تساعدني في تلك المشكلة ، إنني أريد أن أقترب من ابنتي أكثر ، ولكنها لا تطيقني ، وأنا لا أستطيع التعامل معها .

انظر ..هو يريد أن يقوم بكل ما يستطيع ، ويحاول أن يؤدي واجبه على أكمل وجه ، وهو في جميع الأحوال أب .

وهي كانت تريد الانطلاق ، تريد أن تخرج وتسهر كل يوم ، وكانت لا

تذاكر ، وترسب في امتحاناتها ، كل ذلك وهي لم تنظر إليه إلا على أنه سلبي ، ويريد أن يقيدها بقيوده ، وأنه يقسو عليها ويعاملها بشدة .

فارتكنت إلى ذلك العذر الذي رأت أنه يعيقها عن النجاح في حياتها ، وهو عذر الحالة العائلية .

✦ عذر الحالة الاجتماعية :

قد تجد بعض الناس يقول : إنني لا أستطيع التعامل مع الناس .. أو : إن الناس لا تحبني .. أو : إن الناس لا تقدرني .. وهكذا .

وهنا أسأله : هل أنت إنسان اجتماعي ؟

فستجد في بعض الأحوال من يقول : أنا كنت إنسانًا اجتماعيًّا ، ثم أصبحت الآن غير ذلك ! !

وإذا سألته : فما السبب ؟! إذا به يقول : إن بعض الأصدقاء قد خانوه من قبل ، أو كانوا يسخرون منه ، أو كانوا يهينونه ، أو ما شابه ذلك من الأعذار .

لذلك فقد قرر أن يتخلى عن جميع تلك الصداقات ، بل وصل إلى أنه أصبح يخشى لقاء الناس .

حتى وصل لمرحلة أن أصيب بالخوف الاجتماعي ، وأصبح عذر الحالة الاجتماعية يمنعه من التقدم للأمام دائمًا .

✦ عذر الحالة المهنية :

قد تجد عند البعض اعتقادا ذاتيًا بأنه سيُطرد من عمله ، وأنه لن يستمر في

أي عمل أبدًا ؛ والسبب في ذلك هو أن عنده شعورًا بأنه أضعف دائمًا ممن يعملون معه .

وبدلاً من أن يحاول تحسين مستواه فإنك تجد عذر الحالة المهنية يعوقه عن التقدم .

✦ عذر الحالة المادية :

تجد أن الكلمة السائدة على ألسنة الكثيرين هي : ليس معي أموال .. ليس عندي إمكانيات .. لو كان عندي أموال لكنت سافرت .. أو : لو كان عندي أموال لكنت فعلت وفعلت .

في حين أن أغلب من عندهم أموال الآن كانوا في يوم من الأيام لا يملكون هذا المال ، بل إن الإحصائيات العالمية تؤكد أن الذين يملكون الأموال بالوراثة عن آبائهم أقل من 7 % من أغنياء العالم ، وأن 97 % من الأغنياء بدأوا من الصفر ، أو إن شئت فقل : من تحت الصفر .

انظر إلى أولئك الذين صاروا أغنياء في يوم من الأيام .. لقد كانوا قبل ذلك اليوم لا يملكون شيئًا .. **بيل جيتز** .. **جيس بني** .. **هايل سعيد** من **اليمن** .. جميعهم بدأوا من الصفر .. أو إن شئت فقل : من تحت الصفر ، ولكنهم جميعًا لم يوقفهم عذر الحالة المادية ، بل إنهم تقدموا في حياتهم وكافحوا ؛ كي يملكوا هذه الأموال ؛ فملكوها في يوم ما .

✦ عذر الخوف :

كان هناك شخص يعمل في سفارة بلاده ، ثم تمت ترقيته وأصبح سكرتيرًا أول للسفارة ، ثم حضر يومًا ما اجتماعًا هامًّا وأبدى رأيه في أمر ما ، ولكنه هوجم هجومًا شديدًا بسبب هذا الرأي ، وكانت العواقب وخيمة نتيجة رد فعله تجاه أولئك الذين هاجموه ، لدرجة أن بلاده أرسلت له إنذارًا بسبب ذلك ، وبسبب ذلك أصبح يخاف جدًّا من الكلام أمام الجمهور ، ولا يستطيع أن يبدي رأيه أبدًا ، مما أثر عليه تأثيرًا سلبيًّا ، ولقد قابلت هذا الرجل أكثر من مرة ، وكان يحضر كل أمسياتي وندواتي في كل مكان تقريبًا ، وعندما سألته عن قصته قص عليَّ هذه القصة ، وقال لي : إذا لم أتخذ قرارًا الآن وأعود مثل حالتي الأولى ، وأبدي رأيي أمام الناس بلا خوف فسوف أموت أو أصاب بمرض صحي أو نفسي .

واستمر على ذلك حوالي سنتين كاملتين ، وعندما وُضع في موقف لابد وأن يختار فيه ويقرر ، فكر أن يبحث عن العلاج ، وكان الوضع هنا صعبًا للغاية بالنسبة له ، ولكننا عملنا معه حتى درجة معينة ، وبالرغم من ذلك فقد استمر الخوف بداخله لفترة معينة ، ولكنه بدأ يتجاهل ذلك الخوف ، وواجه الألم بمهنته التي شغلته عن الخوف ، وبعد ذلك ترك العمل بسبب هذا الخوف ، ثم افتتح مشروعًا آخر ، ونجح فيه بالفعل ، وبالتالي ذهب هذا الخوف الذي كان يمنعه من التقدم والنجاح .

✦ عذر العادات :

حين تحاول إثناء شخص ما عن التدخين مثلاً فإنك تجده يقول : إنها من العادات التي اعتدت عليها ، وأنا لا أستطيع أن أتركها ، ولو تركتها فسوف أتعصب وأنفعل ، وأتناول الكثير من الطعام ويزيد وزني ، وقد يحدث معي كذا وكذا .. فكل هذه عادات عوَّد نفسه عليها ، فأصبحت عادة عنده ، ولكنه كما عوَّد نفسه على هذه العادة فإنه يستطيع أن يغيرها .

ولكنه يضع كل شيء تحت الاعتذار بالعادات ، ويقول : إن هذه عادة .. ثم تصبح هذه العادة سببًا في منعه من التقدم في الطريق إلى الله ﷻ ، وتؤدي إلى تدهور صحته ، ويصاب بالسرطان وغيره من الأمراض القاتلة التي يسببها التدخين .

✦ عذر العمر :

هل اعتذر لك أحد من قبل بأنه صغير في السن ، أو بأنه كبير جدًا في السن .

أذكر أنني التقيت مرة بشخص ، وكان في **الثامنة والستين من عمره** ، وكان يريد أن يقوم بعمل **دكتوراه** ، فسألني : هل يمكن في سني هذا أن أقوم بعمل **الدكتوراه** في **فرنسا** ؟ فقلت له : هل تتكلم الفرنسية جيدًا ؟ قال : نعم .. فقلت له : وما الذي يمنعك إذًا ؟!

ثم سألته : بعد أربع سنوات كم سيكون عمرك ؟ قال : 72 سنة .. فقلت له : وإذا قمت بعمل الدكتوراه فكم سيصبح عمرك بعد تلك السنوات الأربع ؟ قال : 72 سنة .. فقلت له : اسمح لي أن أكرر عليك السؤال مرة أخرى : بعد أربع سنوات كم سيكون عمرك ؟ قال : 72 سنة .. فقلت له : وإذا قمت بعمل الدكتوراه فكم سيصبح عمرك بعد تلك السنوات الأربع ؟ قال : 72 سنة .. فقلت له : اسمح لي أن أكرر عليك السؤال مرة ثالثة : بعد أربع سنوات كم سيكون عمرك ؟ قال : 72 سنة .. فقلت له : وإذا قمت بعمل الدكتوراه فكم سيصبح عمرك بعد تلك السنوات الأربع ؟ قال : 72 سنة ..

وعندما كررت عليه ذلك عدة مرات قال لي : ماذا تقصد يادكتور ؟ هل تريدني أن أقوم بعمل الدكتوراه ؟ فقلت له : بماذا ستشعر إذا لم تقُم بذلك ؟ قال : سأشعر بالإحباط والاكتئاب والضيق .. فنصحته بأن يقوم بعمل الدكتوراه ، فأتاني بعد أربع سنوات سعيدًا ، وقال لي : لقد قمت بإنهاء الدكتوراه ..

فأنا استطعت بفضل الله ﷻ أن أغير إدراكه من عجز العمر إلى التقدم والنجاح .

فهناك الكثير من الناس يقول : أنا صغير السن ، أو : أنا كبير السن ؛ فلا أستطيع أن أفعل كذا .

فعذر العمر مما قد يوقف التقدم والنجاح .

✦ عذر الحالة الجسمانية :

يتعلل البعض بالحالة الجسمانية ، فيقول مثلاً : أنا معاق .. أو : أنا قصير .. أو : أنا طويل .. أو : أنا ضرير ... وهكذا .

ومع ذلك فإننا نرى الكثيرين من أصحاب العاهات وقد برعوا في شتى الفنون ، فهناك مثلاً (**لويس بريل**) الذي ابتكر القراءة بطريقة بريل للمكفوفين ، حيث كان ضريرًا ، ولكنه استطاع أن يقدم رسالة للناس .

ولكن هناك من الناس من تكون عنده إعاقة خفيفة لا تمنعه من الحركة ، ولكنه يستخدم هذه الإعاقة لينال الشفقة والرحمة من الآخرين ، فهو يقنع نفسه بأن هذه الإعاقة تمنعه من التقدم والحركة .

وها هو ذا **الدكتور طه حسين** ، الذي كان ضريرًا مع ما وصل إليه ، وهذه أيضًا **هيلين كيلر** ، والتي لم تكن ضريرة فقط ، بل كانت ضريرة ولاتسمع ولا تتكلم ، ولكنها استطاعت أن تترك بصمتها في هذا العصر والعصر الذي قبله قبل أن تموت ، لقد كانت من أقوى المفكرين حتى الآن ..

وبالتالي فنحن نجد أن عذر الإعاقة لا يمنع أبدًا من التقدم والنجاح المستمر .

✦ عذر الحرص الشديد :

قد تجد من يقول : إن الناس وحوش ، ولا ينبغي أن تثق في أي شخص .. وسبب ذلك أن بداخل هذا الرجل خوفًا شديدًا من التعامل مع الناس ، ولأنه



يخاف أن يتحرك ويتقدم فإنه يتأثر ويؤثر على الناس ، فعندما تقول له : هيا بنا كي نقوم بعمل مشروع مثلاً .. تجده يقول لك : لا تفعل ذلك ؛ فإن عمي حدث له كذا ، وخالي حدث له كذا .. ويحاول أن يؤثر فيك ذلك التأثير السلبي ، فحرصه وخوفه الشديدان يؤثران عليه سلبًا ، ويجعلانه تعيسًا في حياته الزوجية ، ومع أولاده ، وفي حياته الشخصية والاجتماعية ، ولا يتقدم أبدًا ، ويرفض أي اقتراح قد يساعده على التقدم ، ويقول لكل من يعرفه : احذر .. فهذا صعب ، وهذا قد يؤثر عليك .. وهذا الحرص يجعل فرامل عقله تمنعه من التقدم والنجاح واستخدام قدراته اللامحدودة في عمل أي شيء ينفعه .

والآن .. لنا أن نتساءل :

هل كل هذه الأعذار والفرامل العقلية تؤثر على الإنسان ؟

والجواب : مؤكد هي تؤثر طبعا.

عندما يستمر الإنسان في إعطاء نفسه أعذارًا نفسية أو جسمانية أو مادية أو اجتماعية ، أو حتى روحانية .. هل تعتقد أنه يستطيع بعد كل ذلك أن يتقدم ؟!

هناك دورة أسميها : " **الدورة النفسية لمرض الأعذار** " ، وهي تبدأ دون أن يشعر بها الإنسان ؛ فهو يقرر أن يستخدم عذرًا معينًا ؛ وذلك ليمنعه من التقدم ؛ لئلا يسخر الناس منه أو يستهزءوا به ، فقد أصبح إما معاقًا ، أو

مريضًا ، أو فقيرًا ، أو غير ذلك ، كمثل رجل شرع في الدكتوراه ، ثم لم يستطع أن يكملها لأي سبب ، فإذا بـه يكذب على الناس ويقـول لهم : إنه لا يملك المال اللازم لإكمال الدكتـوراه ، أو : إنـه مريـض ، أو : إن ذلك لأن الجامعـة ظلمته وطردته دون سبب ، وأنه لا يستطيع أن يتحرك .. فبدلاً من أن يتحرك ويتقدم يبدأ في اختيار الأعذار المختلفة التي تمنعه من التقدم والنجاح .

فالمرحلة الأولى أنه قرر ، ثم بعد ذلك اختار العذر الذي سيستخدمه ، ثم المرحلة الثالثة ، وهي الاستخدام .

فطالما أنه قد اختار العذر فسوف يستخدمه ، وكلما استخدم هذا العذر كلما كبر في قلبه هذا العذر ، فيستخدمه أكثر ؛ لأنه يكرره باستمرار ، فأصبح عادة عنده ، فتحـول من القـرار .. إلى الاختيار .. إلى الاسـتخدام .. إلى التكرار ، فأصبـح عادة عنده ، فأي شـيء نفعله في حـياتنا لأول مرة فإن المخ يسـجله عنده ، وعندما يتكرر هذا الشـيء يسـجله المخ أفضل من المرة الأولى ، ومع كل تكرار فإنه يسجله بشكل أفضل .

وكذلك عندما يقرر الإنسـان ويختار العذر ويسـتخدمه ويكرره يصبح الأمر عادة عنده ، وتكبر عنده هذه العادة ، وكلما حـاول أن يمنع هذه العادة لا يستطيع ؛ لأنه أقنع نفسه بها واسـتخدمها ، فمن القـرار .. إلى الاختيار .. ثم الاستخدام .. ثم التكرار .. إلى التعديل .. وبعد ذلك الاعتقاد .

أذكر أنني كان لي زميل يدرس معي في معهد الفنادق ، وكان دائمًا يقـول

للناس : إنه حاصل على الحزام الأسود في الكاراتيه ، وكنت على قناعة تامة بأنه لم يمارس لعبة الكاراتيه في حياته أبدًا ، ولكنه كان يقنع الناس بأنه بطل في الكاراتيه .

ثم لما تكلم بذلك الأمر كثيرًا أقنع نفسه بأنه بطل في الكاراتيه ، ثم بدأ يقلد **بروس لي** ويؤدي بعض حركات الكاراتيه أمام الناس ، فكانت النتيجة أن صدق نفسه ، وكان يخوف الناس كثيرًا ، لدرجة أنه كان يقول : أنا لا أريد أن أوذى أحدًا .

ثم في يوم من الأيام كنت داخلاً المعهد ، وكنت في ذلك اليوم متأخرًا على موعد المعهد ، وكان أقود سيارة " **سبور** " ، وحين دخولي وجدت مجموعة من الشباب يضربون صديقي هذا ، ولم أجد طريقة لإنقاذه منهم سوى أن اندفعت نحوهم بسيارتي ، وضغطت على المكابح (الفرامل) أمامهم فجأة ؛ فهربوا جميعًا وتركوه ، بعد أن كاد يهلك .

وعندها نصحته بأن يكف عن هذه الأكاذيب تمامًا ، أو أن يمارس رياضة الكاراتيه على الحقيقة .

فأي شيء تقوله لنفسك سوف تصدقه ، وبعد ذلك يصبح ذلك الشيء جزءًا منك ، فالإنسان إن أعطى نفسه عذرًا فإنه يقتنع به ، فمثلاً إن أقنع نفسه بأنه مريض ، فإنه يقول : لابد أن أذهب للطبيب .. أنا مريض ولا أستطيع الحركة والعمل .. وعندما يقنع نفسه بذلك تصبح عادته اليومية أن يُعالَج من شيء

ليس عنده أصلاً .

والدليل على هذا إحصائية قامت بها إحدى الجامعات أثبتت فيها أن تسعة من بين كل عشرة يذهبون إلى الأطباء غير مرضى حقيقيين ، ولكنهم يريدون أن يطمئنواعلى أنفسهم فقط ، أو موهومون بأنهم مرضى ، وهم ليسوا كذلك .

إن ذلك الشخص الذي يقول : إن عنده مرضًا نفسيًّا لا يفعل إلا أنه يضع لنفسه فرامل المرض .. عذر الحالة النفسية .. فقد وصل في هذه الحالة في مرحلة الدورة النفسية إلى مرض الأعذار ، وبعد مرض الأعذار يدعم نفسه حتى يصل إلى مرحلة التدعيم ، ثم يبدأ في دعم نفسه .. حتى إذا اكتشفه أحد الأشخاص وقال له : أنت تضيع وقتك .. أو : أنت كذاب .. فإنه يقول له أنت لا تعرف شيئًا ، ولا تعرف الذي عندي ؛ فأنا مريض ، وعندي كذا وكذا .

وطالما أنه أعطى نفسه العذر فسوف يدافع عن هذا العذر ، وطالما أنه أقنع نفسه به واستخدمه وعدَّل فيه وكرره ودعم هذا العذر ، فسيصل إلى آخر مرحلة في الدورة النفسية ، وهي التعود ، وطالما أنه تعود على هذا العذر ، فأصبح عادة عنده ، فكل الذي يقوم به أنه يذكر للناس أعذاره ، وبالتالي **فهل تتوقع أن يتقدم ؟! هل ينمو ؟! هل ينجح ؟! هل يحقق أهدافه ؟!** كلا ..

إنه لا يزداد قدرة ولا قوة إلا في تقديم الأعذار ، فأصبح يستخدم قدراته

وقواته ضد نفسه دون أن يشعر أو أن يصاب بالاكتئاب ؛ ولذلك قيل قديمًا : " **لا تتمارضوا فتمرضوا فتموتوا** " .. فأنت تتمارض ، وتأتيك الناس يعودونك ويشفقون عليك ، وتسمع من الناس كلام الشفقة والترحم ، ثم بعد أن يذهب الناس هل ستكون سعيدًا بهذا الكلام ؟! ماذا ستقول لنفسك ؟! ستنتظر غدًا حتى يأتيك الناس ويقولوا لك نفس الكلام ، وبالتالي تقتنع بأنك مريض بالفعل ، ويدعمك العقل البشري بأنك مريض فعلاً .

فهذه هي دورة مرضى الأعذار ، القرار .. ثم الاختيار .. ثم الاستخدام .. ثم التعديل .. ثم التكرار .. ثم الاعتقاد .. ثم التدعيم .. ثم العادات .

فأصبح العذر تخدمه فرملة متكاملة سوف توقف حياتك من التقدم والنمو ، فتخيل نفسك مثلاً ذاهبًا لتركب القطار ، ثم في طريقك تأخرت على موعد القطار ، **فهل سينتظرك القطار ؟! بالطبع لا** ؛ فالقطار هو التقدم والنمو ، فإن تأخرت فلن تستطيع أن تتقدم ، فالزمن سيمضي ولن ينتظر ، والتغيير سيحدث بالفعل ، سواء أنك تريد أو لا تريد ، فإذا لم تتغير فالتغيير سيحدث ، سواء أردت أم لم تُرِد ، والزمن يمر ، سواء تحركت أم لم تتحرك ، فالقطار الذي مرَّ هو سِنُّك الذي يمر ولا يعود مرة أخرى ، فالوقت حان حتى تترك مرض الأعذار ولا تستخدمه ؛ لأن مرض الأعذار تأتي بعده مرحلة أخرى وهي دورة الألم .

معروف www.ibtesama.com منتديات مجلة الإبتسامة

فالبرمجة السابقة التي برمجت نفسك فيها ، والتي اكتسبتها من العالم الخارجي ، وأقنعت نفسك بها ، واستخدام مرض الأعذار إنما يحدث من البرمجة السابقة .. إلى التكرار .. إلى منطقة الراحة والأمان .

أضرب لك مثلاً بسيطًا جدًا ..

وُضِعَت ضفدعة في إناء فيه ماء ساخن جدًّا ، وعندما وُضِعَت في الماء قفزت إلى الخارج فورًا ؛ وذلك لأنها شعرت بالتغيير المفاجئ ، فأحضروا قليلاً من الماء الساخن ووضعوا فيه تلك الضفدعة وأغلقوا الإناء الزجاجي الذي وضعوها فيه ، فحاولت أن تقفز مرة أخرى ، ولكنها لم تستطيع أن تخرج ؛ لأن الإناء مغلق بإحكام ، وحاولت عدة مرات ، ولكنها فشلت ؛ فاستقرت في الماء ، فزادوا كمية الماء ، ثم وضعوا الماء على نار هادئة ، فبدأت درجة حرارة الماء ترتفع تدريجاً ، وأخذت الضفدعة تتعود على درجة الحرارة ، فرفعوا درجة الحرارة ، وتعودت الضفدعة على هذه الحرارة مرة أخرى ، وظلوا يزيدون من درجة الحرارة حتى أخرجوا الضفدعة من الماء مسلوقة ..

إن هذا هو مثل كثيرين من الناس ، ما يلبث أن تضعه في مكان معين إلا وتجده قد اعتاده ، فيعتاد على الأعذار ، ويكرر هذه البرمجة السابقة ، ويقنع بها نفسه والآخرين ، حتى يصل لمنطقة الراحة ، حتى تجده قد انسلق مثل تلك الضفدعة ، ومن هنا تحدث العادات ، وتتكون الآلام ، هذه الآلام الذاتية بسبب الفرملة العقلية ، مثل فرامل السيارة التي تمنع السيارة من التقدم إلى الأمام .

مع الألم تحدث نقـــطة مهمة جدًّا ، ذكرتها في علم **ديناميكية التكيف العصبي** ، وهو علم قـمت أنا بتأسيسه بـفضل الله ﷻ ، هذه النقـطة هي ما أسميته بـ : " **ساعة الحياة** " .. وهي أن الإنسان حـين يولد إنما يولد في بـراءة تامة ، ثم بـعد ذلك يبـدأ في مواجهة التحـديات في هذه الحياة ، كأن يمرض مثلاً ، أو يخشـى السقـوط على الأرض ، أو يشـعر بالوحـده ويريد أن تكون والدته معه ، وبـالتالي تكون عنده تحديات ، حـتى يكبر وتصبـح عنده تحديات من نوع آخر وأكبر ، وتحديات الإنسـان تكون مسـتمرة معه طوال حـياته ، وبـعد ذلك تحدث نقـطة التحـول ، وهي عندما يصل الإنسـان إلى مرحـلة الإدراك ، فهو يدرك تمامًا أنه كان يمر بمرحـلة صعبـة ، وأنه كان يسـتخدم فرامل عقـله ، وكان يدرك أنه يسـتخدم مرض الأعذار ، مثل مرض الحالة النفسية ، أو مرض الحالة المادية ، أو الاجتماعية ، كما أشـرنا إلى ذلك سابقًا ، فبمجرد أن يدرك الإنسان أن هناك شيئًا غير طبيعي لابـد وأن يتغير ، فيبدأ يتحول الألم إلى قوة وقدرات ، فهناك مثلاً شخص يقول : أنا لا يمكن أن أعيش بهذه الطريقة بعد اليوم ، لابد أن أتغير ، وقـد قـررت أن أكون أفضل ، فإذا كان هناك شخص يسـتطيع عمل أي شـيء فلماذا لا أسـتطيع أنا أن أقوم به ؟!

وبالتالي يصبـح متألمًا بـصفة مستمرة ، وهذا الألم والإحبـاط يجعله ينفجر داخليًّا وينطلق ، كأن ترفع فرامل اليد في السـيارة وأنت تضغط على البـنزين



بشدة ، ثم فجأة تترك الفرامل فتجد أن السيارة قد قفزت للأمام وارتطمت بالأرض ، كما يسمونها : " **الطلعة الأمريكاني** " ، وبالتالي يجد هذا الشخص أن من حقه أن يعيش ، وأن يكون سعيدًا ، فيبدأ في البحث ، ويجد أمثلة ليس لها حدود في الفلاسفة ، أو في العلماء ، أو في الناجحين عامة ، الذين كان عندهم كل الأسباب والأعذار الموجودة ليتخلوا تمامًا عن تحقيق أهدافهم ، ولكنهم قرروا أن يستخدموا قدراتهم وقوتهم في تحقيق أهدافهم .

كان هناك شخص اسمه : (**لي آيا كوكا**) ، وكان يعمل عند (**هنري فورد**) ، ثم في يوم من أيام عام 1962 حدث خلاف في الرأي بينه وبين (**هنري فورد**) ؛ فطرده (**هنري فورد**) من العمل ، فخرج من عنده وأقسم في نفسه أنه في يوم من الأيام سوف يمتلك شركة هي أقوى وأكبر من شركة **فورد** ، حتى إن **فورد** نفسه سيكون بالنسبة له كالقزم ..

ثم عرضت عليه شركة (**كرايزلر**) العالمية العمل لديها ، فكان لابد من أن يقبل ؛ حيث كانت أكتافه مثقلة بالديون ، كانت ديونه تتعدى 40 مليار دولار ، في حين أن كل ثروته كانت لا تزيد على 650 مليون دولار ، وكان يمتلك 22 ألف فرع في العالم ، ويعمل عنده 650 ألف عامل مصيرهم جميعًا إلى الشارع لا محالة .

ففكر (**لي آيا كوكا**) مليًّا .. كيف يتصرف بطريقة صحيحة ؟ فهداه تفكيره إلى أن يقوم بتعيين رجل مختص بمثل هذه الأمور ، ووجد ضالته في

شخص يدعى (**مايكل لي**) ، ذلك الرجل الذي كان مختصًا بالتعامل مع مثل هذه الكوارث .

فكان أول عمل قام به (**مايكل لي**) هو أن قام بإغلاق وإيقاف جميع الأقسام الهالكة التي ليس منها كبير فائدة أو أهمية ، والاهتمام بتشغيل الأقسام العاملة والمنتجة فقط بطريقة صحيحة .

وكان لابد من إيجاد طريقة للحصول على الأموال اللازمة للقيام مرة أخرى ، وكانت جميع البنوك ترفض أن تقرضه أي قرض أبدًا ؛ لعلمهم بسوء أحواله المادية ، فما كان من (**لي آيا كوكا**) إلا أن فكر بطريقة مختلفة تمامًا ، حيث لجأ إلى **الكونجرس الأمريكي** مباشرة ؛ كي يقترض منه ، وكان رئيس الولايات المتحدة الأمريكية آنذاك هو (**رونالد ريجان**) .

فقال (**لي آيا كوكا**) للحكومة : إما أن تقرضوني 5 مليارات من الدولارات ، أو إنكم ستجدون خلال أيام 650 ألف فرد عاطل بلا عمل ، فأنفقوا أنتم عليهم ! !

فما استطاعت الحكومة إلا أن تقرضه ذلك القرض الذي أراد ، فأخذ في تنفيذ التخطيط السليم الذي قد خططه من قبل ، فأغلق الأقسام التي ليس منها جدوى ، واهتم بالأقسام ذات الأهمية ، ووجد أن هناك حوالي 12 ألف مساعد لرئيس مجلس الإدارة ، وجميعهم ليس لهم عمل تقريبًا ، فقام بتقليص عددهم إلى 200 تقريبًا ، ثم قام بالتخطيط للعمل الداخلي ، وكذلك العمل على التوسع الأفقي أيضًا .

ثم بدأوا في التفكير في عمل شيء جديد ؛ كي يجذب العملاء إليهم ، فقاموا بإنتاج أول سيارة ناطقة في العالم ، وأطلقوا عليها اسم : (E-class) ، وكانت السيارة تنطق باثنتي عشرة عبارة فقط ، مثل : (**لقد نفد الوقود**) ، أو : (**احذر .. فالباب مفتوح**) ، أو ما شابه ذلك .

وكانت النتيجة أن أقبل الناس عليها إقبالاً شديدًا ، فباعوا منها حوالي 14 مليون سيارة في 3 شهور فقط ، ثم استطاع أن يقوم بسداد جميع ديونه في أقل من 5 سنوات .

وحين استُضيف بعد ذلك في الـ(C.N.N) ، وسُئل عن الطريقة التي استطاع بها أن يفعل كل ذلك ؟! فقال : أول شيء هو الإدراك ، كان عندي إدراك تام بوجود شيء غير طبيعي ، وهذا هو ما جعلني أبدأ في التخطيط ، والتقييم والتعديل ، ثم قمت بتعيين الشخص المناسب ؛ كي يساعدني في تنفيذ هذه الخطة ، ثم بعد ذلك كان الابتكار ، ثم الفعل الاستراتيجي ، وهو وضع التجربة والقيام بها ، ثم تقييمها وتعديلها ، ثم وضع تجربة أخرى والقيام بها ، ثم تقييمها وتعديلها ... وهكذا .

ثم لابد من وجود استمرارية في الجزء الداخلي والجزء الخارجي ، ثم خدمة العملاء ، وكيف نكتسب ثقة العملاء ، وإبهارهم دائمًا بكل ما هو جديد .

وبهذه الطريقة أصبح من أكبر وأقوى 5 شركات في العالم ، ثم هو الآن

بـــالمعاش ، وبـــعد خروجه على المعاش جاء شــــخص آخر مكانه كي يدير الشركات ، فأصبحـت الـ 36 على مستوى العالم بـعد أن كانت الخامسـة ؛ والسبب في ذلك هو التوقف وعدم الاستمرار في العمل بجد .

إن الرغبة المشتعلة تكون دائمًا في عيني الشخص الناجح ، وجميعنا نستطيع أن نحقق هذا النجاح ، ولكن لو استطعنا أن نفعل ذلك .

وتعالَ بـنا الآن لننظر في قـصة " **محـمد علي كلاي** " .. لقــد كان شــابًّا صغيرًا يعيش في بـلد تعج بالتفرقـة العنصرية ، وكان يحلم أن يكون من أقـوى أبطال العالم في الملاكمة ، في حين أن الناس جميعًا كانوا يسخرون منه ، ولكنه حاول مرة أخرى ، وضُرب أكثر من مرة ، ولكنه أعاد المحاولة مرات ومرات ، تدرب وتمرن ، وكان يلاحظ حركات اللاعبين .. حـركات أرجلهم .. أيديهم .. أعينهم .. أنفاسهم ، وخسر أكثر من مرة ، ولكنه بعد ذلك اسـتطاع أن يفوز وينتصر ، حـتى وصل بـه الأمر إلى أن تحدى " **جورج فورمان** " نفسـه ، ذلك الرجل الذي كان يهابه الجميع ، فقد كانت ضربته أقوى من ضربة الحصان ، وكان " **محــمد علي كلاي** " خائفًا جدًّا من اللعب أمامه ، ومع ذلك فقــد تحداه ولعب أمامه ، ولكنه خسر ، فقـد أصابـه " **جورج فورمان** " بإصابـات عديدة ، منها 12 غرزة في وجهه ، وكذلك إصابـة في فكه ، وكسـر في ذراعه ، ودخل المستشفى في حـالة سيئة جدًّا ، فنصحـه الناس ألا يلعب مرة أخرى ،

ولكنه استطاع أن يلعب ثانية ، وليس هذا فقط ، ولكنه قرر أن يلعب أمام " **جورج فورمان** " مرة أخرى ، ثم أخذ يشاهد الفيلم التسجيلي للمباراة التي لعبها مع " **فورمان** " كي يتعلم منها ، حتى استوعبها تمامًا ، وبعد أن خرج من المستشفى بدأ يتدرب بشكل مكثف ليلاً ونهارًا ، ثم تحدى " **جورج فورمان** " للمرة الثانية ، وعندما وصله الخبر قال " **جورج فورمان** " للناس : سوف تشتاقون للقاء هذا الرجل مرة أخرى ؛ فهذه هي آخر مرة يمكنكم أن تروه فيها ، فإنه لم يستوعب الدرس من المرة الأولى ، فودعوه بشدة ؛ لأنني سوف أخلصكم منه تمامًا ..

وكانت هذه البطولة في أفريقيا ، فنزل " **محمد علي كلاي** " قبل البطولة بشهر كامل إلى الناس هناك ، ولأنه كان شخصية جذابة فقد أحبه الناس جدًا ، وكان ينزل إلى الشارع ويجرى وسط الناس ؛ فأخذت الناس تهتف باسمه وتشجعه ، لقد كان الناس يقولون : **محمد الفائز**.. و: **محمد القائد** .

ثم بعد ذلك بفترة نزل " **جورج فورمان** " ، ومعه كلب بوليسي مخيف ؛ وبالتالي لم يحبه الناس ، وابتعدوا عنه جدًا .

وكان مما قال " **جورج فورمان** " : إن أول شيء سأفعله هو أن أقفز على فم " **محمد علي كلاي** " وأكسره ، وعلى لسانه وأقطعه ؛ لئلا يتكلم بهذا الكلام مرة أخرى .

ثم جُرح " **فورمان** " قبل المباراة بثلاثة أيام ؛ فتأجلت المباراة 3 أسابيع ،

فإذا بـ " **محمد علي كلاي** " يهتز نفسيًّا ، ولكنه أعاد التدريبات مرة أخرى ، وتقبل الوضع كما هو .

ثم لما بدأت المباراة أراد " **محمد علي كلاي** " أن يقنع " **فورمان** " أن ضربته مهما بلغت من قوة لا تؤثر فيه ، في حين أن أي ملاكم آخر كان يتقي ضربة " **فورمان** " ، وكان أي ملاكم آخر لا يثبت أمام " **فورمان** " أكثر من حلقتين أو ثلاث ، ولكن " **محمد علي كلاي** " استمر أمامه اثنتي عشرة حلقة ، وفي النهاية ضربه " **محمد علي كلاي** " الضربة القاضية ، وقضى عليه ، بعد أن كال له " **جورج فورمان** " عدة ضربات متتالية من قبل ، وظل في المستشفى فترة طويلة يتلقى العلاج ، ولكنه حاول واستطاع ، وكان قد أشهر إسلامه ، وإذا به يقول للناس : بفضل الله ﷻ وحده ، ثم المجهود الشخصي والكفاح والإصرار والتقدير والمرونة والرؤية والهدف استطعت أن أحقق أهدافي ..

وهذا نموذج آخر من نماذج الكفاح والنجاح .. رجل من سوريا اسمه " **سعيد معصراني** " ، كان مريضًا بشلل الأطفال ، ولكنه طاف حول العالم ، وزار 28 بلدة كي يساعد المرضى بشلل الأطفال ، وتحول من رجل عادي مريض بشلل الأطفال إلى رجل يحمل رسالة إلى أولئك الناس ؛ كي يفتح لهم باب الأمل من جديد ، وكان يمشي على رجليه كثيرًا ، ويقول : لا للشلل .. لا للإعاقة .. لا للسرطان .. وكان هذا هو شعاره ، وكان الناس يمشون وراءه

ويرددون مثل ما يقول .. لا للشلل .. لا للإعاقة .. لا للسرطان .

فهذا مثال آخر للقوة ، فلو كان شخص غيره لكان قد قعد ولم يتحرك ولم يفعل أي شيء ، وقال : أنا مريض بالشلل ولا أستطيع أن أتحرك .. ولكن هذا الرجل تحرك ، ونفض التراب من عليه ..

وأنا وأنت نستطيع أن نفعل ذلك ، ولكن إذا حاولنا

في يوم ما ولد طفل اسمه : " **رون سكالين** " ، ذلك الطفل كان حلمه أن يكون بطلاً من أبطال الكاراتيه في العالم ، ولكنه كان مقطوع الرجلين ، وكان والده يحبه حبًّا شديدًا ، فكان يذهب به إلى أحد النوادي الرياضية التي تُعلم فن الكاراتيه ، وفي أحد هذه الأندية كان هناك شخص يدعى : " **ليزلي** " ، وكان من أبطال العالم في الكاراتيه ، فتبنى هذا الولد رياضيًا ، وعلمه كيف يستخدم هذا الكرسي في القتال ، وفعلاً تدرب " **رون سكالين** " وحصل على الحزام الأسود في أقل من أربع سنوات ، والأغرب من ذلك أنه حصل على البطولة في أمريكا الجنوبية ، ثم في أمريكا الشمالية ، ثم بعد ذلك بطولة العالم ، والآن أصبح عنده 12 **دوجو** ، وكلمة **دوجو** تعني نادي من نوادي تعليم فنون الكاراتيه ، وكان يتعلم تحت يده حوالي 12 ألف لاعب تحت إدارته .

وهذا مثال آخر لرجل نفض التراب من فوق نفسه ، وأيقظ قدراته ، وأنا وأنت نستطيع أن نفعل كل ذلك ، ولكن إذا حاولنا ..

فإلى متى سنظل نشاهد ولا نتحرك ، وهذه أحلامنا أمامنا ، فهناك شخص عنده سيارة ، وهذا الآخر عنده عمارة ، والآخر يعمل عملاً جيدًا ، وأنا أستطيع أن أفعل كل ذلك ، ولكن إذا تحركت ، فالفرق بين هؤلاء وغيرهم أنهم يتحركون ، والآخرون لا يتحركون ، وقد يكون هناك شخص غني ، وعنده سيارة وقصر ، ومعه دكتوراه ، ولكنه غير سعيد في حياته ؛ لأنه لا يعرف كيف يتعامل مع الناس ، فهو ضعيف جدًّا .

في شركة من أكبر 500 شركة في العالم كان هناك رجل يعمل فيها في مجال الاستشارات الإدارية ، وكان رئيس مجلس إدارة هذه الشركة صديقي جدًّا ، فقال لي : أنا أريد أن أطرد هذا الرجل .. فقلت له : ولماذا ؟! قال : إنه رجل ممتاز ، واستشاري ممتاز جدًّا ، ولكننا لا نستطيع أن نتعامل معه ؛ فهو لا يستطيع أن يتحكم في أعصابه ، وهو يتعصب بسرعة جدًّا ، ولكن قبل أن نطرد هذا الشاب قررنا أن نجعل شخصًا مختصًّا في التنمية البشرية يتكلم معه ..

وعندما تكلمت مع هذا الشاب وجدته فعلاً ثائرًا جدًّا ، فبدأت أسأله عن القيم ، وقلت له : ما هو المهم بالنسبة لك ؟ وما هو المهم بالنسبة لحياتك الزوجية والشخصية ؟ فوجدت أن رقم 24 عنده في الترتيب هو الثقة ، فهو لا يثق في أي شخص أبدًا ، بل لا يثق في نفسه ، فلقد تعلم منذ الصغر عدم الثقة في الناس ، وكان يقال له : كن حريصًا ؛ لأن الناس وحوش ، فلا تثق في أحد ..

فبدأ يرفض أي شخص يحاول أن يقترب منه ، وكان يطرد أي شخص يحاول أن يدخل في حياته .

فحاولت معه حتى جعلت الثقة عنده في أول عشرة أشياء في ترتيب القيم ، وقلت له : إن الإنسان الذي لا يثق في الناس لا يثق في نفسه ، فلابد من أن تجد شيئًا في الشخص الآخر تثق فيه ، وبالتالي تبدأ في التعامل معه ، ولابد وأن تسامح هذا الشخص إذا ما قصر أو أخطأ ، فعن طريق هذا التسامح يفتح الله على هذا الشخص ، ويذهب إلى الطريق المستقيم ، ولكن طالما أنك أغلقت الباب في وجهه فإن الله ﷻ سوف يغلق الباب أمامك ؛ لأنك أغلقت بابًا من أبواب الخير ؛ فالقاعدة الشرعية تقول : " **الجزاء من جنس العمل** " .. فعندما تقابل الناس بالخير فسوف يعود إليك ، وعندما تقابلهم بالحقد فسوف يعود إليك ، وإذا قابلتهم بعدم الثقة فسوف تعود إليك ، كل ذلك كان سببًا في تغير هذا الرجل ، ولكنه لم يتغير للدرجة التي تجعله يستطيع أن يواصل في هذا العمل ، وكانت النتيجة هي طرده من العمل .

ولكن هذا الشاب أصبح الآن رئيس مجلس إدارة شركة في **كندا** ؛ وذلك لأنه بدأ يوقظ قدراته ويعرف أن الثقة في النفس والثقة في الآخرين لابد وأن تكون موجودة مع الحرص ، فيكون هناك اتزان تام ، وتبدأ تتفاعل مع الناس ، وتتقدم معهم ، وتساعدهم ..

وأنا عندما كنت أكتب : " **نجاح بلا حدود** " ، ذلك البحث الذي تُرجم

إلى ثلاث لغات بفضل الله ﷻ ، وكنت أدرس حياة الناجحين في العالم ، وعندما أتيت إلى هنا في العالم العربي وجدت أن القوة الموجودة عندنا غير محدودة ، فمنهم القعيد الذي وصل إلى أعلى المراكز في العالم ، ومنهم الكفيف الذي صار عميدًا للأدب العربي .

وأنا عندما كنت في **كندا** وكنت أدرس هناك حياة الناجحين ، وكان من ضمن قصص هؤلاء الناس .. "**هنري فورد**" .. ولقد ذكرت في رحلة نجاحه أنه أفلس سبع مرات ، ولكنه أيقظ قدراته ونفض التراب من فوقه ، واستطاع أن ينجح ، وأحضر فريقًا من المهندسين ، وصنعوا أشياء جديدة ، وطُرحت في أسواق العالم ، ونجحوا بالفعل ؛ فلقد كانوا في أزمة حقيقية ، فلقد أفلسوا سبع مرات ، وكانوا يستمرون حوالي 5 سنوات في كل مرة ، وكان عليهم ديون كثيرة ، ولكنهم لم ييأسوا ، وأيقظوا قدراتهم وعملوا بها ..

ورجل آخر اسمه "**كولونيل ساندرز**" ، وكان طاعنًا في السن ، فلقد كان قد بلغ **السبعين من عمره** ، وقد أحيل للتقاعد ، وكل ما يملكه عبارة عن أشياء بسيطة جدًّا ، وكان يمتلك سيارة ، وحين وصل إليه أول شيك بالمعاش من البنك ، وكان أقل من 100 دولار ، فما كان منه إلا أن أخذ ذلك الشيك ومزقه ، وقال : إنني لا يمكن أن أعيش بهذه الطريقة ، فأخذ قائمة الطعام التي يمتلكها ، وهي فكرة **مطاعم كنتاكي** الآن ، وعرضها على أكثر من مطعم ، وكان أغلبهم يرفضون هذا العرض ، ولكنه بعد الصبر أصبح الآن

www.ibtesama.com منتديات مجلة الإبتسامة

صاحب أشهر مطاعم في العالم ، تلك التي يعمل فيها أكثر من 12000 عامل على مستوى العالم ؛ والسبب في ذلك أن هذا الرجل استطاع أن يعيش أحلامه ويحقق أهدافه .

فما هو حالك أنت الآن .. حاول أن تفكر معي في كل قصة مما ذكرت ، وقرر الآن ، وتحرك .. فمن الممكن أن يكون هذا اليوم هو آخر يوم في حياتك ..

أيضًا هناك " **توماس إيدسون** " .. لقد لفت هذا الرجل نظرى جدًّا عندما كنت أدرس الشخصيات الناجحة ؛ فقد اخترع حوالي 2000 اختراع ، ولم يكن ميلاد أي اختراع بالأمر السهل أو الهين ، بل إنه حين حاول أن يخترع **المصباح الكهربي** فشل 9999 مرة ، وكان الناس يقولون عليه : إنه فاشل ، ولكنه كان يقول لهم : أنا لست بفاشل ؛ فلقد حاولت 9999 مرة ونجحت في المحاولة رقم 10000 .

وكذلك كانت " **هيلين كيلر** " ، و" **توماس إيدسون** " ، و" **هنري فورد** " ، و" **لويس بريل** " ، و" **رون سكاير** " .. كل هؤلاء الناس أيقظوا قدراتهم ونفضوا التراب من عليهم ونجحوا فعلاً .

وهذا " **ليت هوندا** " .. من **اليابان**، كل شيء صعب من الممكن أن يحدث لإنسان حدث لهذا الرجل ، وهو الذي كان يحلم وهو صغير أن يكون شيئًا كبيرًا عندما يكبر ، وهو الآن صاحب أكبر شركات سيارات .. **هوندا** .. وكان يحلم أن يسمي هذه السيارة باسمه " **هوندا** " ، وكانت سيارات

التويوتا ناجحة نجاحًا كبيرًا جدًا في ذلك الوقت ، وكان هو ما يزال يدرس في الجامعة ، ومع ذلك كان خاطبًا لامرأة ومن المفترض أنه يستعد ليتزوج قريبًا ، وطُلب منه أن يصنع موتورًا جديدًا فصنع واحدًا ، فلم يناسبهم ، فرجع مرة أخرى ودرس واستمر يحضر من جديد ، ثم بعد عدة محاولات قبلوه أخيرًا ، ولكن **الحكومة اليابانية** رفضته ، فاستمر يدرس ثلاث سنوات أخرى ، وكان يعمل صابرًا ، حتى وافقت **الحكومة اليابانية** ، ولكنهم كانوا لا يملكون الأموال الكافية لإنشاء مصنع له ، ولكن بعد فترة تم بناء المصنع ، ولكن أثناء الحرب العالمية الثانية تم تفجير المصنع ، فاستمر حوالي 4 سنوات أخرى يجهز حتى بنى مصنعًا جديدًا ، فحدث زلزال وانهدم المصنع ، فإذا كان شخص آخر مكانه لقال : ما هذا الحظ السيئ ؟! ولماذا مصنعي أنا بالذات ؟! ولكنه لم ييأس ، وصنع عجلات ، ووضع فيها الموتورات التي صنعها ، وعندما رآها الناس تعجبوا منها ، وطلب منه الناس من هذه الموتورات ، فأصبح عنده أكثر من 28 طلبًا في الأسبوع على هذا العجل ، بعد ذلك أرسل إلى أكثر من شركة موجودة في اليابان عن اختراعه ، وبدأوا يطلبون منه الكثير ، وكان بعدها مولد أول موتوسيكل في العالم ، لدرجة أنه حصل على جائزة أفضل اختراع موجود من إمبراطور اليابان ، وبعد ذلك قام بصناعة سيارات هوندا ، وهي منتشرة في العالم الآن بقوة كبيرة جدًا ، وتحقق حلمه .. فهذه هي القوة والنجاح .

وهذا مثال آخر لشخص أيقظ قدراته وصنع مستقبله ، وفتح الآمال والآفاق أمام أناس كثيرة ، وبدأت تتوسع وتنتشر السيارات بعدها ، فإذا كان هوندا هكذا فأنا وأنت نستطيع أن نكون كذلك .. **فلم لا ؟!**

والآن هيا نبدأ بالخطوة الأولى كي ننفض التراب ونوقظ القدرات ، ونوقظ ذلك المارد الموجود بداخلنا وننشطه .

إيقاظ القدرات :

وإيقاظ القدرات هو الإدراك ، فابدأ بالإدراك أولاً واعرف من أنت ، ثم بعد ذلك تقبل نفسك كما أنت ؛ لأن التقبل الذاتي جزء من التقدير الذاتي ، فلابد وأن تتقبل نفسك ذاتيًا .

فالتقدير الذاتي يتكون من ثلاثة أشياء :

أولاً : التقبل.. أن تتقبل نفسك كما أنت .

ثانيًا : التقدير.. أن تقدر نفسك ، وتقدر خبراتك وأفكارك وتجاربك .

ثالثًا : الحب الذاتي.. وطالما أنك تحب الله ﷻ فلابد وأن تحب هديته كما هي ، أي أن تحب نفسك كما أنت ، وأن تتقبل نفسك .. شكلك .. لونك .. طولك ..عرضك .. تتقبل والدك ووالدتك ، وتتقبل اسمك كما هو تمامًا ، وإن لم يوجد هذا التقبل والتقدير لأحد فلن يوجد تقبل لنفسك أو تقدير لنفسك أو حب لنفسك ، وسيوجد ضعف في صورتك الذاتية ، وضعف في تحقيق الذات ، وضعف في التقدير الذاتي .

فلابد بعد الإدراك مباشرة من التقبل الذاتي ، وأنك أفضل مخلوق عند الله ﷻ ، ولابد أن تفصل بين نفسك وبين سلوكك ، ولابد أن تتقبل نفسك ؛ فليس بطولك أو عرضك ولا بوالدك أو والدتك ، ولكنك أفضل مخلوق عند الله ، ولقد سخر لك السماء والأرض وما بينهما ، فقد تجد شخصًا مصابًا بتشوه خِلقي مثلاً ولكنه شديد الذكاء ، وقد تجد شخصًا معاقًا ولكنه استطاع مثلاً أن يعبر المانش .. مثل " **خالد حسان** " ، و" **مصطفى خليل** " ، بل هذه أخرى معاقة .. وهي " **جيمالا البيضاني** " ، معاقة وتعول 1200 معاقة مثلها .

إن هذا التقبل الذاتي يعتبر دفعة لك للأمام ؛ لأنك تصبح بغير عُقَد نفسية ، فإذا ما عيَّرك شخص بأنت طويل أو قصير أو عريض ، أو باسمك أو باسم والدك أو والدتك أو باسم العائلة ..... إلخ .. فكل ذلك ينبغي ألا يؤثر عليك إطلاقًا ، بل تقول لنفسك : سوف أغير الذي أستطيع تغييره ، والذي لا أستطيع تغييره فسأتركه وأتقبله .

ومن جميل ما يقال في هذا المعنى ما قيل : " **اللهم أعني على تغيير ما أستطيع تغييره ، وتقبُّل ما لا أستطيع تغييره ، ومعرفة الفرق بينهما** " .

كان لي صديق يمتلك مكتب محاماة في مونتريال، وكان يعمل بهذا المكتب 32محاميًا ، ثم جاءوا بعشر سكرتيرات ، وأحضروا لهن أحدث الأجهزة المتاحة ، والتي تتمتع بإمكانيات في غاية القوة ، ثم دربوهن على كيفية استخدام هذه الأجهزة ، واستمر التدريب على هذه الأجهزة لمدة ستة

أشهر كاملة ، وبعد أن تدربت تلك السكرتيرات أصبحن مطلوبات جدًّا في كثير من الأعمال ، وتدرجن في الوظائف ، ثم إذا بـهن يتركن العمل واحـدة تلو الأخرى ، حتى تركن العمل جميعًا ، فقاموا بتعيين سكرتيرات جديدات ، ولم يكن عندهم الوقت الكافي لتدريبـهن ، فإذا بـهن يتعاملن مع الكمبيوتر كالآلة الكاتبة ، وذلك لأنهن لم يدركن إمكانيات هذا الجهاز وقـدراته ، وبالتالي استخدمن الكمبيوتر كالآلة الكاتبة .

أما إذا كان عندهن المعرفة بقـدرات وحـدود وإمكانيات هذا الكمبيوتر لاستخدمنه بالطريقة الصحيحة ، تمامًا مثل الذى يكتب على الآلة الكاتبة لأول مرة بأصبع واحـد ، ثم بعد ذلك يسرع في الكتابة ، ولكنه إذا استخدم أصابعه العشرة فسوف يكتب بسرعة جدًّا ، قد يكون الأمر صعبًا في البداية ، ولكنه بعد ذلك سيعتاد على الأمر ، وقد يصل إلى أن يكتب 100 كلمة في الدقيقة الواحدة ، ولكنه إذا استمر على الكتابة بأصبع واحد فمن المستحيل أن يكتب أكثر من 30 كلمة في الدقيقـة ، وهذا هو الإدراك ، فإذا لم تعرف قدراتك ، ولم تدرك شيئًا فيها ، فكيف ستستخدمها وتتعامل معها ؟!

منذ سنوات طويلة .. قابلت رجلاً وقال لي : يا بني .. أنت تقول لنا أشياء كثيرة جدًّا ، ولكن هذه الدنيا كلمة واحدة ، وهي " **الإدراك** " .. فذهبت أنا وقمت ببحث على كلمة " **إدراك** " ، واستمر إعداد ذلك البحث حوالي 3 سنوات .. فوجدت أنه فعلاً بدون **الإدراك** لن يحدث تغيير ، فإذا لم تدرك

أنك تأكل كثيرًا فستظل تأكل كثيرًا ، وإذا لم تدرك أنك تتعصب فلن تتغير ، وإذا لم تدرك أنك لم تستخدم قدراتك فلن تستخدمها ، وإذا لم تدرك أن التدخين خطر على دينك وصحتك فلن تقلع عنه ، فالإدراك هو كل شيء ؛ ولذلك فقد اكتشفت شيئًا مهمًا جدًّا ، وهو أن الإدراك هو بداية التغيير ، والتغيير هو بداية النمو ، والنمو هو بداية التقدم ، ولن يحدث تقدم بدون إدراك ، وإن لم تدرك قدراتك فلن تستخدمها ، فلابد من أن تدرك أن الله ﷻ قد أعطاك قدرات لا محدودة لابد لك من أن تستخدمها ، ولابد وأن يكون هناك تحديات ؛ فنحن نتعلم ونكبر من التحديات .

بل إن الإنسان إذا نجح بسهولة وبدون تحديات فإنه غالبًا يصاب بالاكتئاب ، وهذا هو ما أثبته العلماء في جامعة " **هارفارد** " .. حيث أثبتوا أن الإنسان إذا كان مرفهًا باستمرار فإنه حتمًا سيصاب بالاكتئاب .

وإذا أردت الدليل على ذلك فانظر حولك إلى أغنياء العالم الذين لم يتعبوا في جمع هذا المال ، فستجد أن 92% منهم يعانون من الاكتئاب ؛ فإنهم لم يكتسبوا أي خبرات أو تجارب ، ولم يتعلموا أي شيء ، ولم يتعبوا في أي شيء من هذه الأموال ، وكما قال المتنبي :

بقدر الجد تكتسب المعالي ... ومن طلب العلا سهر الليالي

ومن طلب العلا بغير جدٍّ ... أضاع العمر في طلب المحالِ

أنا أتكلم عن أولئك الأغنياء الذين حصلوا على أموالهم عن طريق الميراث من الأب أو الأم مثلاً ، ولم يتعبوا في الحصول عليها ، ولم يتعثروا ثم يقوموا مرة أخرى ، وبالتالي لا يوجد عندهم إنجاز ذاتي ، والنتيجة الحتمية هي إصابتهم بالاكتئاب ، فإذا كنت تضيع الوقت وتنتظر أن يأتي الحظ إليك في بيتك فلن يأتيك أبدًا ، وأنا أؤكد لك ذلك ، فأنت تقول : لماذا هؤلاء الناس بالذات محظوظون ؟! وأنا أقول لك : إنهم محظوظون لأنهم عندما يتعثرون يستطيعون القيام مرة أخرى ، والله ﷻ يقول : ﴿ إِنَّا لاَ نُضِيعُ أَجْرَ مَنْ أَحْسَنَ عَمَلاً ﴾[1] ، وهم يعرفون ذلك جيدًا ، وبالتالي فهم محظوظون لأنهم متفائلون ، وطالما أنهم متفائلون فإن الحظ ينجذب إليهم وينجذبون هم إليه .

فتفاءل بالخير تجده ..

وكما علمنا الله ﷻ في القرآن الكريم : ﴿ اقْرَأْ ﴾[2] .. وهي أول آية نزلت من القرآن الكريم ، وهي أمر مباشر ، فلماذا كانت : ﴿ اقْرَأْ ﴾ ؟! لأن الله ﷻ يريدك أن تستخدم قدرة العقل .

فقولي : ((**تفاءلوا**)) .. هو فعل أمر مباشر مستمر في الزمن بالخير ، أي أن الخير هو الوسيلة ، فما هي النتيجة ؟! هي : ((**تجدوه**)) .. فتفاءلوا بالخير تجدوه ، أي عندما تتفاءل بشيء تجد هذا الشيء ، وهذا من قوانين نشاطات العقل الباطن الذي يقول : إن أي شيء تفكر فيه يتسع وينتشر من

1 - سورة : الكهف ، الآية : ٣٠ .
2 - سورة : العلق ، الآية : ١ .

نفس النوع ، وينجذب إليك من نفس النوع ، فعندما تفكر بـــالتفاؤل ينجذب إليك من نفس النوع ، فتفاءلوا بـــالخير تجدوه ، أي تدخل في قـــانون الانجذاب .. وقـانون الرجوع .. وقـانون جوانب الخواطر ، والله ﷻ يجعل هذه القوانين تنجذب إليك .

فإن الله ﷻ يقـول للشـيء : **كن .. فيكون** ، فلابـد وأن تطيع الله ﷻ ، وتخلص له ، وتحبـه ، وبـوفاء تام ، وسـوف يعطيك الله ما تريد ، فلابـد وأن تتقرب من الله ﷻ ، وتحب الناس ، وتمد لهم يد العون والمساعدة ، وتتقـرب بـهؤلاء الناس إلى الله ﷻ ، حـيث يقـول الله ﷻ : ﴿ إِنَّا لاَ نُضِيعُ أَجْرَ مَنْ أَحْسَنَ عَمَلاً ﴾ [1] ، ويقول : ﴿ وَبَشِّرْ الصَّابِرِينَ ﴾ [2] .. فلابد من أن تتذكر كل ذلك ، فلقد حان الوقت أن تقول :

يا رب .. أنا أتقبل نفسي كما أنا .

فعندما ننظر إلى الإخوان الثلاثة حـين قـالوا : إننا في يوم من الأيام سـوف نســتطيع أن نصنع طائرة .. ولم يكن يوجد طائرات في ذلك الوقـــت ، فكان أحدهم يلبـس الريش ويصعد فوق الجبـل ، وكان يظن أنه عندما يلبـس الريش الكثير فإنه سوف يطير مثل الطيور ، فعندما قـفز من فوق الجبـل سقـط ؛ لأنه نسي أن هناك قانونًا للجاذبية ، فسقط ودخل المستشفى ، وعندما صعد الثاني وقد لبس الريش ثم قفز سقط وتكسر ، ودخل المستشفى ، وكان الناس يسمونهم

---

1 - سـورة : الكـهف . الآيـة : ٣٠ .

2 - سـورة : البـقـرة . الآيـة : ١٥٥ .

" **الإخوة المتخلفين** " ؛ لأنهم حاولوا ذلك أكثر من مرة ، فحاولوا أن يغيروا الريش ، فمرة يضعون ريشًا كبيرًا ، ومرة ريشًا صغيرًا ، ومرة سميكًا ... وهكذا ، وكانوا يسقطون في كل مرة .

ثم بعد ذلك اكتشفوا بالمصادفة " **قانون الطفو** " ، ولما اكتشفوا هذا القانون قالوا : إن قانون الجاذبية الأرضية يقول : إن أي شيء أثقل من الهواء لا يطير ، ولكنه عن طريق قانون الطفو يطير ، والدليل على ذلك أن الطائرة أثقل من الهواء وتطير ، والسفينة لا تستطيع أن تطفو إلا إذا كانت من الخشب ، ولكن عن طريق قانون الطفو تطفو وإن كانت من الحديد .

وبالتالي أصبح كل الناس الذين كانوا يسخرون منهم يقفون الآن طوابير كي يسافروا بواسطة تلك الطائرة التي اخترعها أولئك الإخوان .

أما تظن الآن أنه قد حان الوقت لأن توقظ قدراتك ، وتوقظ ذلك المارد الموجود بداخلك ، وتركز على هدفك ، وتعطي هدفك لله ﷻ ، ونحن سوف نتكلم بالتفصيل عن ذلك عندما نتكلم عن موضوع : " **كيف تصنع مستقبلك** " .

فأول شيء هو **الإدراك** ، أن تدرك قدراتك اللامحدودة ، وبعد ذلك تتقبل نفسك ذاتيًا ، مهما سخر منك الناس ، وتذكر هذا الكلام جيدًا ، وقُل لنفسك : إنك أفضل مخلوق عند الله ﷻ ، وكما يقول المثل الإنجليزي : **الضربة التي لا تقتلني تقويني .**

ولا يوجد أي شخص في الدنيا يستطيع أن يؤثر عليك بدون إذنك ، ولا يوجد شخص يمكن أن يجعلك تحس بأي إحساس بدون إذنك ، فأي مؤثر خارجي يؤثر عليك فإنه يؤثر عليك بإذنك أنت ، وأنت الذي تفكر فيه وتجعله يؤثر عليك ، وأنت الذي تضع عليه أحاسيسك ، وتضع عليه رد فعلك ، وتفصل نفسك تمامًا عن العالم الخارجي ، وتخرج لنا ، وتتصل بنا وأنت في كامل روعتك ، وتتأكد أن الذي كان يسخر منك سوف يأتي إليك ويقف وراءك حتى تقضي له حاجته ، وهذا هو القانون الموجود في الكون ، فأي شخص عنده قدرات وأهداف يجري لتحقيقها .

كان هناك طالب في جامعة "بين" ، اسمه " روجر بانستر " ، وكان بطلاً في الأوليمبياد في 100 متر و200 متر و300 متر ، وحين كان طالبًا قال لزملائه : هل تعرفون أن الإنسان يستطيع أن يجري الميل الواحد في 4 دقائق ؟! فنظر بعضهم إلى بعضٍ وسخروا منه ، وقالوا له : لا الجسم البشري عنده القدرة على أن يجري الميل في 4 دقائق ، ولا العقل البشري يستطيع أن يستوعب ذلك .. ولكنه لم يضيع وقته في الكلام ، فترك الكلام وانطلق .

ترك الكلام للذين لم يتحركوا ، وترك الفشل للفاشلين ، وتحرك .. واستطاع فعلاً أن يجري الميل في 4 دقائق ، فقالوا له : كررها .. فكررها ، وقالوا له : كررها مرة أخرى ، فكررها 14 مرة ، وبسبب القدرات تحطم الاعتقاد ، وفي نفس السنة فعلها أكثر من 16 شخص غيره .

والآن أكثر من 32 ألف طالب أصبحوا ماهرين في ذلك ، والسبب في ذلك أن واحدًا فقط قرر ، وتقبل نفسه ذاتيًا ، ووضع قدراته اللامحدودة محل الفعل ، فلو كان هذا الطالب سمع رأي الناس في أنه لا يستطيع فعل ذلك ، وأن ذلك صعب أو مستحيل ، وأن ليس عنده القدرة على فعل ذلك لما كان استطاع أن يجري الميل في 4 دقائق فقط .

فلابد وأن تعرف نفسك وقدراتك ، ولا تسمع لأي شخص يقول لك غير ذلك ؛ لأنك أقوى وأبعد وأكبر مما تتخيل ، فلابد وأن تضع تركيزك على قدراتك اللامحدودة ، وتوكل على الله ﷻ ، وتأكد أن الله ﷻ لا يضيع أجر من أحسن عملاً ، و: ﴿ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ ﴾[1] ، وكما قال ﷻ : ﴿ وَبَشِّرْ الصَّابِرِينَ ﴾[2] ، و: ﴿ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ ﴾[3] ، والتوكل موجود في القلوب والأحاسيس .

إذن فأول شيء هو الإدراك ، ثم بعد ذلك التقبل الذاتي ، وبعد ذلك القرار.

فاكتب معي الآن هذا الكلام ..

قررت أن أكتشف قدراتي ، وقررت أن أستخدمها ، وقررت أن أترك بصماتي في هذه الدنيا بطريقتي أنا ، وليس بالطريقة المفروضة عليَّ منذ كنت صغيرًا ، ولكن أقرر بالطريقة التي أريدها .. بطريقتي أنا .

---

1 - سورة : البقرة ، الآية : ١٥٣ .

2 - سورة : البقرة ، الآية : ١٥٥ .

3 - سورة : آل عمران ، الآية : ١٥٩ .

وأنا عندما كنت صغيرًا قالوا لي كثيرًا : إنك لن تنجح .. ولم يقولوا لي أبدًا : إنك سوف تكون بطل العالم ، أو مديرًا ناجحًا .. أو : إنك ستكون من أهم المحاضرين الموجودين في العالم .. أو : إنك ستكون كاتبًا مرموقًا .. فقد كان كل ذلك في علم الغيب ، والله تعالى وحده هو الذي يعطي الإلهام ، فالمعوض أقوى من الاعتقاد ؛ لأن الاعتقاد حصلنا عليه من الأهل والأقارب والعالم الخارجي ، ومن الأصحاب والإعلام ، ولكن لابد أن يكون بداخلك صوت يقول لك : إنك ستنجح .. فأنا كنت أشعر أنني سوف أكون مديرًا ناجحًا ، وسأكون بطل العالم في تنس الطاولة ، رغم أن الناس كانت تسخر مني ، ولكن كان بداخلي إلهام من الله تعالى بأنني سأنجح ، وهذا الإلهام هو الذي يجعلك تتحرك ، بل يجعل كل شيء فيك يتحرك .

كما قال الشاعر:

كان حلمًا فخاطرًا فاحتمالاً ثم أصبح حقيقة لا خيال

فأنت تحلم أولاً ، ثم تبدأ تفكر فيه ، فيصبح خاطرًا ، إلى أن يصبح إمكانية ، فتضعه في الفعل ، ويصبح حقيقة وليس خيالاً .

فكل حقائق الاختراعات كان أصلها حلمًا في يوم من الأيام ، وبعد ذلك بدأ التفكير فيها .. إلى أن أصبحت حقيقة داخلية ، وعندما شاهدها صاحبها حقيقة داخلية رأى الصورة الموجودة ، وبدأ يفكر فيها ، ويكبر هذه الصورة ، حتى وضعها في حيز الفعل ، وأصبحت حقيقة وليست خيالاً ، مثل الإخوان

الثلاثة الذين اخترعوا **الطائرة** ، ومثل الذين اخترعوا **الصواريخ** ، وجميع **الآلات الألكترونية** ، بما فيها هذا **الهاتف المحمول** الذي تستخدمه الآن .

وأيضًا " **بلن** " الذي اخترع **القلم الجاف** ، وهو صاحب أغلى أنواع الأقلام الموجودة ، فقد كان يعمل في **شركات التأمين في فرنسا** ، وكان معه عميل ، وكان هناك منافس آخر يريد أن يبيع نفس بوليصة التأمين لهذا العميل ، فجلس " **بلن** " مع هذا العميل ، وأثناء كتابة العقد بقلم الحبر السائل الذي كان مستخدمًا آنذاك وقع الحبر على الورق كله وأتلفه ، فاعتذر له " **بلن** " وذهب ليحضر عقدًا جديدًا ، وعندما حضر لم يجد هذا العميل ؛ لأنه كان قد غضب وذهب إلى المنافس الآخر ، وكتب معه عقدًا آخر ، ففكر " **بلن** " في هذا الذي حدث وتعجب منه ، وقال : كيف حدث هذا ؟! ثم قال في نفسه : لابد أن أفكر في شيء جديد يكون الحبر بداخله ؛ لئلا يحدث هذا مرة أخرى .

وفعلاً ظل يفكر ويحاول حتى استطاع أن يخترع القلم الجاف ، وسماه " **مون بلن** " ، وكلمة : " **مون** " باللغة الفرنسية تعني : خاصتي أو ملكي .. أي : أنا الذي اخترعت هذا الاختراع .. وأصبح " **مون بلن** " من أشهر وأغلى الأقلام الموجودة في العالم .

فإذا كان قد أتم كتابة العقد مع هذا العميل ، ولم يقع الحبر ، ولم يحدث هذا لما فكر في اختراع هذا القلم الجاف .

فأول شيء هو إدراك قدراتك اللامحدودة ، والتقبل الذاتي لنفسك ، وبعد

ذلك تتخذ القرار بأن تستخدم قدراتك وتضعها في الفعل ، فإذا قررت أن تتعلم لغة فارفع سماعة الهاتف واتصل بالدليل الآن واسأل عن المؤسسات والمعاهد التي يتم فيها تعليم هذه اللغة ، واعرف العناوين والهواتف ، واذهب إليهم بنفسك واسألهم ، وتكلم معهم ، وجرب بنفسك أول محاضرة ، وابدأ .. أحضر القاموس الآن ، واحفظ بعض الكلمات يوميًّا ، وافتح التلفاز ، وشاهد البرامج الأوروبية الموجودة .

وهذا هو الدكتور **زكي عثمان** الذي استطاع أن يتعلم الإنجليزية من الراديو ، وكان ضريرًا وكسيحًا ..

والآن دعني أقص عليك روعة أخرى من روائع اليقظة .. من أولئك الذين قرروا ألا يقعوا في مطب فرامل العقل ، واختاروا أن ينظفوا أنفسهم من التراب ، وأن يوقظوا قدراتهم ، ويحققوا أهدافهم .

قصة الدكتور زكي عثمان

في فبراير 1953م .. في **قرية الرزيقات** .. مركز أرمنت .. **محافظة قنا** .. وُلد طفل غير عادي ، كان والده إنسانًا بسيطًا متدينًا ، ولديه أربعة أشقاء وثلاث شقيقات ، وحين أصبح عند هذا الغلام عامان ونصف العام أصيب بحمى شديدة في الجسم أدت إلى إصابته بشلل الأطفال ، وفقد البصر .

وكان شغل الأهل الشاغل هو علاجه ؛ فكانت حياته مركزة على زيارة الأطباء الذين أجمعوا على أنه لا علاج له ، ولن يشفى من حالته .

تأثر الأهل جدًّا من كلام الأطباء ، ولكنهم لم يفقدوا الأمل ، انقسمت الآراء

في العائلة ، وكان من بين الآراء أن يلقوة في الطاحونة الجديدة كي يتخلصوا منه .

رفض الوالدان ذلك ، وفكروا في إلحاقه بالكتّاب ، وبعد سنة من هذا الوقت انتقلت الأسرة إلى القاهرة لتغير ظروف عمل الأب ، وسكنوا في منطقة منشية الصدر ، وأحضروا أحد الشيوخ من الأقارب لتعليم الطفل القرآن الكريم ، وبالفعل أتم الغلام حفظ القرآن الكريم ، وعرف عظمته ومعانيه .

وانقطعت صلته بالصعيد ، ولكنه ظل على علاقة مع أقاربه ، ظل حبيس البيت حتى بلغ السادسة عشر من عمره دون الالتحاق بأي مدرسة ، أو أي مؤسسة تعليمية ، وخلال هذه الفترة كان يراجع القرآن ويثبت حفظه ، كان الراديو صديقه الدائم وأنيسه طوال هذه الفترة التي كان فيها حبيسًا في منزل والده ، فتعلم منه الثقافة والسياسة والاقتصاد والتربية .

وأما عن أحلامه : فهل كان عنده أحلام ؟!!

شخص كسيح وضرير فماذا تتوقع أن تكون أحلامه ؟!

لقد كان يسمع في الراديو مسلسل " **الأيام** " ، وكان يتمنى أن يكون مثل **الدكتور طه حسين** ، وقرأ **للدكتور طه حسين** قصة الجذور **(وأقصد بكلمة : " قرأ " أي أن شخصًا آخر يقرأ له وهو ينصت بكل ما عنده من حواس)** .

وكان من أحلامه أن يكون خطيبًا وإمامًا وواعظًا ، ومن الراديو تعلم اللغة

الإنجليزية وأتقنها ، وكان يسمع البرنامج الأوروبي ، وكان من أحلامه أن يكون مرموقًا وذا مكانة بين الناس .

ومن الطريف أنه لما كان عنده خمس سنوات كان يقف في فناء المنزل ويقرأ القرآن الكريم بصوت عالٍ ، وكان يخطب وكأنه يخطب في الناس ، وكان يقوم بهذا كل يوم .. كان يتصرف كما لو كان فعلاً خطيبًا وإمامًا وواعظًا للناس ، وكان الناس يجتمعون حوله .

بعضهم معجب بصوته وقوة شخصيته ، والبعض الآخر كان يعتقد أنه قد فقد عقله ، ولكن سعادته كانت في قراءة القرآن الكريم وتوجيه الناس إلى الإيمان بالله عز وجل .

بدأ رحلته الدراسية حين بلغ السادسة عشرة من عمره ، وبدأ مباشرة من الصف الأول الإعدادي في **معهد عثمان ماهر** ، واستثني من الابتدائية ؛ لأنه كان يحفظ القرآن الكريم ، وكالعادة اعترض البعض واقترحوا على العائلة أن يلحقوه بمركز التأهيل المهني للمكفوفين ليتعلم صناعة السجاد وتكون هذه نهايته ، وأما الرأي الآخر فكان أن يظل في المنزل كما هو ، وكان البعض الآخر يتمنى له الموت ؛ لأنه ليس هناك فائدة منه ، فالموت أفضل لإنسان كفيف وكسيح .

ولكنه صمم على الدراسة ، وساعده والده ..

نجح الشاب نجاحًا باهرًا ، ثم التحق **بمعهد القاهرة الثانوي** ومكث

هناك أربع سنوات ، وكان يذهب إلى المدرسة إما محمولاً على الأكتاف ، أو زاحفًا على الأرض ، سواء في الصيف أو في الشتاء ، وكان الأمر في منتهى الصعوبة في الشتاء عندما تمطر السماء وهو يزحف بين الطين والماء .

وكان هذا الشاب المكافح لا ينسى موقفين :

الموقف الأول : كان لرجل انتشله من على الأرض في الشتاء وحمله بالرغم من تلطخ يده بطين الأرض ، ثم وضعه في أوتوبيس وطلب من السائق أن يهتم به .

الموقف الثاني : حدث له عندما كان خارجًا من **الجامع الأزهر** ، وكان طالبًا في الثانوي ، وكان زملاؤه من الطلاب حوله ، فإذا بسيدة تطلب أن تساعده ، وأوصلته بالتاكسي ، وفي اليوم التالي انتظرته لتؤدي له أي خدمات يطلبها منها ، وظلت تسأل عنه لفترة طويلة لتعطف عليه ، وطلبت منه أن تعلمه طريقة " **بريل** " في القراءة ، أو أن تقرأ له وتساعده ، ولكنه تهرَّب منها ؛ لأنه لم يكن يريد أن يكون عبئًا على أي إنسان .

وفي الثانوية أبلغوه أنه قد رسب ، وكانت صدمة كبيرة له ، ولكنه تقبلها بابتسامة .. وكانت المفاجأة له أنه كان ناجحًا ، ولكن كشف المكفوفين كان في مكان آخر غير مكان كشف المبصرين .

بعد نجاحه كان يريد أن يلتحق بكلية اللغات والترجمة ! ! ولكن بعد تفكير تغيرت وجهة نظره ، فالتحق بكلية أصول الدين .

حصل على 2 ليسانس من **كلية أصول الدين** ، تخيل ! ! ! ليسانس **الدعوة والثقافة الإسلامية** عام 1979 م ، وليسانس **التفسير** عام 1983 م .

عين في وزارة الأوقاف لمدة سبع سنوات من عام 1980 م إلى عام 1987 م ، ولم يكتفِ بكل ذلك ...

بل لقد حصل على الماجستير عام 1986 م ، وبتقدير جيد جدًّا ، وكان الموضوع هو : " **منهاج الإسلام في التنمية الاقتصادية** " .

بعدها عُيِّن في الجامعة مدرسًا مساعدًا في **كلية الدعوة** ، ولم يكتفِ بهذا القدر ، ولكنه سجل لدراسة الدكتوراه ، وحصل عليها عام 1985 م في موضوع : " **الدعوة الإسلامية في القرن السادس الهجري** " ، وبتقدير ممتاز مع مرتبة الشرف الأولى .

كما أصبح متحدثًا في الإذاعة ، وتدرج وظيفيًّا إلى أن وصل لوظيفة رئيس قسم الثقافة الإسلامية بالكلية ، وألف أربعة وعشرين مؤلَّفًا في الدعوة والتفسير والثقافة والاجتماع .

أشرف على أكثر من سبع عشرة رسالة دكتوراه .. منها :

- **منهج الإسلام في تحقيق الأمن .**
- **أسباب الإرهاب ومظاهر علاجه .**
- **عوامل التفكك الأسري .**
- **مجلة البيان ودورها في نشر الثقافة الإسلامية .**
- **ذوو الاحتياجات الخاصة وموقف الإسلام منهم .**

هل اشتقت لمعرفة هذا العالِم الجليل ؟!

إنه هو **الدكتور زكي عثمان** .. ذلك الضرير الكسيح الذي حفظ القرآن الكريم وهو حبيس المنزل ، الذي حصل على 2 ليسانس وماجستير ودكتوراه .

لم يتأثر **الدكتور زكي عثمان** عندما كان بعض الحاقدين يخططون لإفشاله في الدراسات العليا ، بل زاده قوة وعزيمة , ولم يتأثر بسخرية بعض الناس واستهزائهم به ، ولا برفضه كثير من العائلات له كزوج ، ولكنه ازداد قوة وعزيمة ، وكذلك لم يتأثر بأي شيء سلبي حوله ، بل حوّل كل ذلك إلى قدرات وخبرات وتجارب .

تزوج **الدكتور زكي عثمان** ، وكان أيضًا ناجحًا في زواجه من زوجة متفهمة ، وهي تساعده وتسانده في رحلة حياته وإنجازاته ، وأصبح ما بينهما أكثر من الحب العادي ؛ فهي علاقة حب في الله وصداقة عميقة .

واستطاع الطفل الكسيح الضرير أن يوقظ قدراته ، وأن يصنع مستقبله ، وأن يقول للناس :

" دع القلق وابدأ الحياة الآن ، وإن كنت حيًّا فجدد حياتك ، وإن كنت حزينًا فكن مع الله ﷻ يكن الله ﷻ معك ، وألِحّ بالإصرار والعزيمة والتحدي وقوة الإرادة " .

وعندما قابلته في برنامجي التلفزيوني بعنوان :

" لقاء مع شخصية ناجحة "

انبهرت به وبابتسامته وروعة أحلامه ، وقوة إقناعه ، وخفة دمه ..

وطلبت منه أن يقرأ لي جزءًا من القرآن الكريم ، وكانت المفاجأة .. فلقد كان صوته العذب من أجمل الأصوات على الإطلاق ، حتى إنني لم أستطع أن أتمالك نفسي ؛ فبكيت من خشية الله ﷻ .. ثم طلبت منه بعد ذلك أن ينشد لنا من التواشيح الدينية التي ينشدها ، ففعل .. وكان رائعًا بكل ما تعنيه الكلمة من معانٍ .

والآن ..

ماذا عنك أنت ؟!

ألم يحِن الوقت بعد أن تقف وتنظف تراب الماضي من السلبيات ، وتبدأ في تحقيق أهدافك ؟!

ألم يحن الوقت أن توقظ المارد العملاق النائم بداخلك ؟!

ألم يحن الوقت أن تتمتع بكل لحظة في حياتك ؟!

ألم يحن الوقت أن تترك بصماتك في الدنيا ؟!

لقد حان الوقت لتتحرك ، فتحرك وتعلم اللغات ؛ فاللغة تساوي إنسانًا ، وتعلم الكمبيوتر ؛ فهذه هي التكنولوجيا الحديثة الموجودة .

فلكي تقبلك أي وظيفة لابد أن يكون معك لغات وكمبيوتر ، ولابد أن تطور نفسك باستمرار ، لابد أن يكون عندك شيء جديد يوميًا لتفاجئ الناس به ، وتفاجئ الناس بروعتك ، وتفاجئ نفسك أيضًا بهذه الروعة ، فمن الممكن في خلال ستة أشهر أن تتعلم اللغة الإنجليزية .

فلماذا لا تتعلم أكثر من لغة ، وتكون خبيرًا في مجالك ، وتركز أكثر في عملك ، ثم بعد ذلك وسع آفاقك .

إذن فإدراكك لقدراتك ، وبعد ذلك تقبلك الذاتي لنفسك ، وبعدها اتخاذ القرار ، ولابد وأن تقرر معي الآن ، وكلمة قرار تأتي من كلمة إغريقية ، وتعني : قاطع ، أي قرار قاطع الآن ، وليس قرارًا ضعيفًا .

فإذا كنت تريد أن تنقص من وزنك ، فلماذا لا تقرر الآن ؟! لابد أن تقول لنفسك : يجب أن أنقص من وزني ، فالذي أنقص من وزنه ليس أحسن مني في شيء .

وكذلك عندما نتكلم عن التدخين ، وهو أسوأ شيء ابتلي الإنسان نفسه به ، فإذا نظرنا إلى الجانب الروحاني وجدنا أنها حرام شرعًا ، وهناك 13 فتوى بذلك ، والذي يقول : إنها ليست حرامًا فهو مخطئ ، وأنت من الممكن أن تسأل أي عالم يخاف الله ﷻ في بلدك ، فستجد أن كل ما يذهب العقل والجسم فهو حرام ، ولا ينبغي أن تلقي بنفسك إلى التهلكة ؛ لأن كل شيء فيك يشهد عليك يوم القيامة .

وإذا نظرنا إليها من الناحية النفسية ، فالشخص الذي يدخن يؤذي نفسه ، وبالتالي تقديره الذاتي يقل ، فإذا كان الإنسان متزنًا فإنه لا يؤذي نفسه أبدًا ؛ لأنه يعرف أنها تضره صحيًا ، فهي تسبب له فقدان الذاكرة ، أي " **الزهايمر** " ، و" **الرعاش** " وهو في سن صغيرة ، وتسبب لك الفشل



الكلوي ، وتسبب له 22 نوعًا من السرطان ، وتسبب العجز الجنسي عند الرجال ، فما كل هذا ؟! فكل شخص يدخن يقول : أنا أستمتع بها ، ولكن لا أريد هذه النتيجة ؛ فهذه مصيبة ، وعندما تقول له : إنك قد تدخل النار بهذه المعصية .. يقول لك : إنها مكروهة وليست حرامًا .. ولكنها حرام فعلاً .

فالإدراك بداية التغيير ، فعندما تريد أن تقلع عن التدخين فلابد وأن تدرك أخطار السيجارة ونتائجها ، وتوسع آفاقك ، وتستخدم قدراتك وطاقاتك وجسمك وصحتك في الشيء المفيد لصحتك ؛ لأنك بدون الصحة لا تستطيع أن تفعل أي شيء ، وبالتالي لا تكون سعيدًا ، وانظر حولك تجد أن معظم الفنانين الذين يموتون يكون سبب موتهم هو السجائر أو الخمر غالبًا ، وتجد أن معظم هؤلاء الناس تعساء ، لماذا ؟! هم تعساء لأنهم لا يدركون قدراتهم ، ولا يدركون أن الله تعالى يراهم .

فالإدراك هو بداية التغيير ، فعندما تدرك قدراتك اللامحدودة ، وتتقبل نفسك تمامًا ، وتقرر الآن قرارًا قاطعًا أن تستخدم قدراتك اللامحدودة وأن تعيش سعيدًا ، فهذا قرار قاطع .

كان هناك سيدة اسمها " جوان " ، وكانت تعمل عندي مديرة التسويق في إحدى اللوكاندات الكبيرة في مونتريال ، وكان كلما سألها أحد : كيف حالك ؟ كانت ترد ردًا عجيبًا ، كانت تقول له : رائع .. ولا يستطيع أي شخص أن يغير ذلك ، فعندما سألتها : لماذا تقولي ذلك ؟! كانت تقول : أنا

خرجت رائعة ، وسوف أعود رائعة ، وسوف أستمر رائعة ، وفي الشارع رائعة ، ومهما قالوا لي فأنا رائعة ؛ لأني أنا رائعة .. وكانت نتائجها من أقوى النتائج التي رأيتها في حياتي ؛ فكانت مديرة تسويق رائعة ، وكانت في منتهى الذكاء ، وكانت مبيعاتها كبيرة جدًا ؛ وكانت عندما تخرج تعود ومعها دائمًا الجديد ، تمامًا مثل الذي يصطاد السمك .

كان هناك اثنان يصطادان السمك سويًّا ، وكان أحدهم يصطاد والآخر لا ، فكان الذي لا يصطاد يضع فراولة في السنارة ويرميها للسمك ، وكان الآخر يضع الدود ويرميه للسمك ، فقال له الذي لا يصطاد : كيف أنت تصطاد ؟ قال له : بالدود .. قال له : لماذا ؟! قال له : لأن السمك يحب الدود .. ثم قال له : وأنت بماذا تصطاد ؟ قال له : أصطاد بالفراولة .. فقال له : لماذا ؟! قال له : لأنني أحب الفراولة .. فقال له : إذن فلن تأكل سمكًا اليوم ؛ **فيجب أن تصطاد بما يحبه السمك ، لا بما تحب أنت .**

وكذلك أنت يجب أن تعطي الناس ما يريدون ، وليس ما أنت تريد ، وكذلك كانت هذه البنت تعطي الناس ما تريد ، فكانت تكتشف احتياجات الناس ، وتعمل له نظامًا ، فكانت رائعة ، وتقول لكل الناس : أنا رائعة .. ولا يستطيع أي شخص أن يغير ذلك ، فأنا رائعة بفضل الله ؛ وذلك لأن الله خلقني رائعة ، وخلقني في أحسن تقويم ، فلابد أن أعرف ذلك ، وأنا أمشي في الأرض غير متكبر ، ولابد أن أساعد أكبر عدد من الناس .

والآن سوف نكرر سويًا مرة أخرى .. أول شيء هو إدراكك لقدراتك اللامحدودة ، والتقبل التام لما أنت عليه الآن ، ثم بعد ذلك القرار القاطع بأن تستخدم قدراتك الآن ، ولا تضيع وقتك في الكلام غير المجدي ، ولا تضيع وقتك في " **القتلة الثلاثة** " ، وهي : **اللوم ، والنقد ، والمقارنة** .. وكلما استخدمتهم كلما ازدادت قوتهم عليك ، ويضيع وقتك ، فبدلاً من أن تستهلك وقتك في اللوم فاستهلكه في الفعل ، وبدلاً من أن تضيع وقتك في المقارنة فكن أنت الأفضل والأحسن ، وبدلاً من أن تضيع وقتك في النقد فتقبل الناس كما يكونون ، وحاول أن تغير من السلوك ، وقد يكون ذلك في تغيير سلوكك أنت .

بعد ذلك الاختيار .. هل يا ترى تحب أن تعيش سعيدًا أم تعيسًا ؟
اسأل الناس ، واسأل نفسك .. فلا تجد أحدًا يقول لك : إنه يحب أن يعيش تعيسًا ، أو يحب المرض والمستشفيات ، ستجد أن كل الناس يحبون أن يكونوا سعداء .

وبعد ذلك اسأل السؤال الثاني : هل ما تقوم بفعله يوصلك للسعادة ؟
فعندما يقول لك أحد الأشخاص : أنا أحب أن أدخل الجنة .. فاسأله : هل ما يقوم بفعله يوصله للجنة ؟ فإذا كان يدخن أو يغتاب الآخرين أو يكذب أو يزني ... إلى غير ذلك فكل ذلك قد يدخله النار .

فطالما الذي تفعله لا يوصلك إلى الذي تريده فسيحدث لك الاكتئاب ؛ لأن كل هذه انعكاسات نفسية فلابد من أن تفكر في شيء أنت تريده وتختاره

www.ibtesama.com
منتديات مجلة الإبتسامة

فعلا ، وعندما تختاره تبدأ في أن تضعه في حيز الفعل ؛ لأن هذا هو الاختيار ؛ فالقرار يجب أن يكون معه الاختيار ، فأنت مثلاً تقرر أن تجلس وتضع رجلاً على الأخرى ، فالقرار يأتي قبل الاختيار ، فإذا قررت أن تجلس بطريقة خاطئة ، فيتأثر الغضروف مثلاً ، فتصرخ وتقول : أنا سيء الحظ .. ولكنك أنت الذي قررت واخترت أن تجلس بهذه الطريقة ، فكل إنسان يقرر ويختار ، فالطريقة التي تجلس بها أنت الذي اخترتها .

وأنت الذي قررت واخترت أن تسمعني ، وأنت الذي قررت واخترت أن تقرأ كتابي ، وأنت الذي قررت واخترت أن تتعصب ، وقررت واخترت أن تنام ، وقررت واخترت أن تشتم الناس ، فقرارك واختيارك يحدد مصيرك ، فلابد حتى تقرر أن تتقبل نفسك تماماً ، وتدرك قدراتك اللامحدودة .

إذن ..

إدراك .. وقبول .. وقرار .. واختيار ..

فهل هذا يكفي لنوقظ قدراتنا ؟! إطلاقاً .. فبعد ذلك لابد من المسئولية ، فلابد من أن تتحمل مسئولية حياتك ؛ لأن تحمل المسئولية هو بداية القوة الذاتية .

كنت في يوم من الأيام مديراً عاماً في أحد الأماكن في مونتريال ، وكان عندي أكثر من 2000 عامل ، وكنت أضع أفكاراً جديدة ، وكانت الأمور هناك لا تسير كما أريد ، وحين كنت في السيارة قلت لنفسي : لماذا لا يفهمني

هؤلاء الناس ؟! أنا سوف أطرد أي شخص لا يسمع الكلام ، وكنت أستمع لشخص من أقوى الناس في التنمية البشرية في العالم ، فكأنه كان يكلمني ، فكان يقول : لا والدك ولا والدتك ولا أخوك ولا أختك ولا المدير ولا الخفير مسئول عن أفكارك وأحاسيسك ، وأنت الذي تتحمل مسئولية حياتك ، وكأن هذا الكلام كان كماء بارد نزل على عقلي وجسماني ، وبالفعل نظرت إلى نفسي في المرآة ، ووجدت أنني أنا السبب ، وليس الناس ؛ فأنا الذي لا أستطيع أن أفهم هؤلاء الناس ، أنا أضع لهم وقتًا لا يقدرون عليه ، وأضع لهم أفكارًا هم غير متدربين عليها ، وبعد ذلك ألومهم ، وكانت النتيجة أن أتقبل مسئولية حياتي الذاتية .

فالطفل الذي يأتي إلى الدنيا هو الذي يرضع بنفسه ، ويتعلم كيف يرضع ، وعندما تعلمه الأم المشي لابد أن يقوم هو بنفسه بالحركة الأولى للمشي ، فمنذ أن خلقنا الله ﷻ إلى الدنيا خلقنا مسئولين عن أنفسنا .

كان هناك ملك يريد أن يعرف هل الرعايا مسئولون عن أنفسهم أم لا ؛ فأمر الحراس أن يضعوا صخرة كبيرة في منتصف الطريق ؛ ليعرف كيف سيتصرف الناس مع الصخرة ، وكانت الصخرة ثقيلة جدًا ولا يستطيع شخص بمفرده أن يحملها .

فمر أول شخص بالسيارة ، وعندما وجد هذه الصخرة نزل وأخذ يشتم الملك والبلد والناس ، ثم ركب السيارة ورجع وأخذ طريقًا أخرى ، ثم جاء آخر

وعندما وجد الصخرة نزل وحاول أن يدفعها عن الطريق فلما لم يستطع أخذ يشتم الملك والبلد أيضًا ، ثم جاء الثالث ووجد الصخرة ، فنزل من السيارة وحاول أن يدفعها ، ولكنه لم يستطع ، فأخذ يفكر كيف يدفع الأذى عن الناس التي سوف تمر على هذه الصخرة ، فحاول أن يدفعها بقطعة من الخشب ، ولكنها انكسرت ؛ فاستنجد بالناس ليعينوه عليها ، فجاءه بعض الناس ، وحملوها معًا ، حتى استطاعوا أن يدفعوها بعيدًا عن الطريق .

وهنا ظهر له شخص من خلف شجرة وأعطاه شيكًا ، فنظر الرجل في الشيك فوجد 2 مليون دولار ، فقال له الرجل : هل أنت الملك ؟ قال له الملك : نعم أنا الملك .. فقال له الرجل : وماذا تفعل هنا ؟! قال له : أنا الذي وضعت هذه الصخرة في نصف الطريق كي أعرف مَن مِن الناس سوف يتحمل مسئولية دفع الأذى عن الناس ، وقلت في نفسي : سوف أعطيه هدية 2 مليون دولار ، وأنت الذي تحملت المسئولية وتستحق هذه الهدية ..

والمسألة ليست مسألة هدية 2 مليون دولار ، إن المسألة هي أنك طالما تحملت المسئولية فهذه الهدية هي نتائجك ، فأنت أدركت قدراتك ، وتقبلت نفسك ، وقررت واخترت ، وتحملت المسئولية .. وهكذا نكون مستمرين مع بعضنا البعض بطريقة متتابعة ومتزنة وسليمة .

فأولاً الإدراك للقدرات اللامحدودة ، وبعد ذلك التقبل الذاتي ، وبعدها القرار باستخدام هذه القدرات اللامحدودة ، ثم اختيار الأسلوب المناسب للتنفيذ ، وبعدها تحمل المسئولية ، وبعد ذلك تنظيف الماضي ..

هل يوجد إنسان ينظف الماضي ؟!

بالطبع نعم ، وأنا سوف أسألك سؤالاً الآن : هل حدثت لك تجربة سلبية في الماضي ؟ أكيد نعم .. كل واحد منا حدثت له تجربة سلبية ، وأسألك سؤالاً آخر : هل إذا رجع الماضي وحدثت نفس التجربة .. هل ستتصرف بنفس الطريقة ؟ بالطبع كلا .. فما السبب ؟! إذا حدث لك نفس الموقف في الوقت الحاضر فسوف تتصرف بشكل أفضل ، وإذا حدث لك نفس الموقف وتصرفت بشكل خاطئ فسوف تلوم نفسك وتنقد وتقارن وتحزن ، ولكنك بمجرد أن تعود للماضي لنفس الموقف وتتصرف بطريقة مختلفة فسوف تجد أن الماضي قد تحول إلى مهارة ، فلابد أن ترجع إلى تجربة سلبية حدثت لك في الماضي ، وارجع بذهنك إلى هناك ؛ فذهنك عنده القدرة على الرجوع إلى الماضي ، وعِش التجربة للحظات ، فستلاحظ الآتي : تفكيرك .. أي كيف فكرت ؟ ووضع جسمك .. كيف تقف أو تجلس ؟ وتعبيرات وجهك .. كيف كانت تعبيرات وجهك ؟ والتنفس .. كيف تتنفس ؟ وسلوكك .. فماذا تفعل ؟ وإحساسك .. كيف كنت تشعر ؟

والآن .. اترك هذه التجربة السلبية ، وخذ نفسًا عميقًا ثم اتركه ببطء ، وانظر حولك إلى اليمين واليسار ، وهذا يسمى كسر الحالة .

وهذا هو عين ما أوصى به النبي ﷺ عند الغضب ، فعن **أبي ذر** رضي الله عنه قال : إن رسول الله ﷺ قال لنا : " إذا غضب أحدكم وهو قائم فليجلس ، فإن

ذهب عنه الغضب وإلا فليضطجع "[1]

والآن .. اسأل نفسك : ما الذي تعلمته من هذه التجربة ؟ ولو عدت إلى الماضي مرة أخرى فكيف ستتصرف ؟ واكتب خمسة أشياء تعلمتها من هذه التجربة ، فلو عدت مرة أخرى فعلى أي حال يكون جسمك ، وأي تعبيرات تكون على وجهك ، وبأي طريقة تتنفس ، وكيف ستتحرك ، وأي تفكير تفكر به ، وأي سلوك تستخدمه .

هل كتبت كل ذلك ؟! ارجع معي الآن إلى الماضي وتصرف كما لو أن عندك استراتيجيتك الجديدة ، ولاحظ ماذا سيحدث ، ستجد نفسك تتصرف بطريقة أفضل ، ووضع جسمك سيكون أفضل ، وتعبيرات وجهك ستكون أفضل ، وحركاتك وتفكيرك وسلوكك كل ذلك سيكون أفضل ، هل تعرف لماذا ؟! لأنك تعلمت من الذي حدث ، وطالما أنك تعلمت تعليمًا جديدًا ، واستخدمت هذا التعليم ، فالأشياء السلبية سوف تختفي .

ولذلك فإن "**كارل يونج**" الذي نعتبره منَ رواد علم النفس الحديث قال : "**تخلَّ عن الأحاسيس السلبية واستخدم المهارة**" .. وهاتان الجملتان قويتان جدًّا ، فكيف أتخلى عن الأحاسيس السلبية ، وأستخدم المهارة ، فمع استخدام المهارة يكون عندك إحساس إيجابي ، وأنت لا يمكن أن يكون عندك إحساسان ، فإما إحساس سلبي ، أو إحساس إيجابي ،

---

1 - رواه أبو داود .

فعندما تستخدم المهارة وتفكر في نفس التجربة تجد أن الإحساس السلبي يختفي ويظهر الإحساس الإيجابي ، وبهذه الطريقة يمكنك أن تنظف الماضي .

فعندما تفكر في تجربة سلبية ، وتعرف ماذا فعلت ، وكيف تصرفت ، ثم بعد ذلك ارجع لها مرة أخرى ، ولكن بالتعليم الذي تعلمته وتصرف كما لو أنك تواجه المشكله لأول مرة ، وبعد ذلك تخيل نفسك في المستقبل وقد حدثت لك نفس المشكله ، فستجد نفسك تتصرف بالطريقة الجديدة ، وهذا هو تنظيف الماضي .

فأول شيء هو الإدراك ، ثم بعد ذلك التقبل الذاتي المتكامل ، ثم القرار ، وبعده الاختيار ، وبعد ذلك تحمل المسئولية ، وبعد ذلك تنظيف الماضي .

والآن ترتيب الحاضر.. فبعد أن نظفنا الماضي لابد أن نرتب الحاضر ، فكيف نرتب الحاضر ؟! أي ترتيب القيم والأولويات ، وتنظيف محيط بيتك .

في وقت من الأوقات كنت في **مونتريال** وأتتني سيدة كانت في أواخر الثلاثينات ، وكانت تعيسة جدًا ، وكانت تفكر في الطلاق ، فقالت لي : ماذا أفعل يا دكتور كي أخرج من هذه الحالة السلبية ؟ قلت لها : سوف أطلب منك أن تفعلي أشياء ، فإن لم تفعليها فلا تتصلي بي مرة أخرى .. فقالت لي : ماذا أفعل ؟ فأعطيتها شريط كاسيت وقلت لها : اذهبي بسيارتك إلى أي مركز من مراكز تنظيف السيارات ونظفيها من الداخل والخارج تمامًا ، وعندما

تنتهي من ذلك اتصلي بـي .. فنظفت السيارة من الداخل والخارج واتصلت بي ، فقلت لها : ضعي الشريط في كاسيت السيارة ، وأنت في الطريق مري على أي محل لبيع الورد واشتري وردًا ، وعندما تشترين الورد اتصلي بـي فورًا .

وكنت أسير معها خطوة بخطوة ، فعندما اشترت الورد اتصلت بـي ، وقالت لي : ماذا أفعل بعد ذلك ؟ قلت لها : عندما تصلي إلى البيت اتصلي بي ، وعندما وصلت إلى البيت اتصلت بـي ، وقالت لي : ماذا أفعل ؟ قلت لها : ضعي الورد في أكثر غرفة تريدينها أن تكون مضيئة ، فوضعت الورد في غرفة الصالون ، وعندما وضعت الورد في غرفة الصالون لم تتحمل أن تجد الصالون غير نظيف فنظفته ، وفتحت النوافذ ، والإنسان عندما ينظف تتسع وتنتشر أفكاره ، فعندما نظفت الصالون ذهبت ونظفت غرفة النوم ، وبعدها نظفت البيت كله ، وقالت لي : يا دكتور .. أنا عندي إحساس غير طبيعي ، والورد جعل حياتي كلها بالألوان ، ثم قالت لي : سوف أكلمك مرة أخرى ؛ لأن زوجي وصل الآن .

وحين دخل زوجها نظر إلى البيت وكأنه يلاحظ أن هناك شيئًا خطأ ، وكاد أن يخرج ؛ فزوجته عندما نظفت البيت اهتمت بنفسها أيضًا ، ولبست أجمل ثيابها ، فقال لها زوجها : عندما تزوجنا كنا مثل هذه اللحظة التي نحن فيها الآن ، ولكننا نسينا ، وأنا أشكرك جدًّا لأنك أتعبتِ نفسك وبذلت

كل هذا الجهد .. ثم دخل هو أيضًا وأخذ حمامًا ، وتنظف ولبس أجمل ثيابه هو الآخر .

وقالت لي : أنا كنت في منتهى السعادة ، فماذا فعلت يا دكتور ؟! فقلت لها : نظفت أولاً محيط أفكارك ، فعندما نظفتِ السيارة من الداخل فكرتِ في التنظيف فنظفتيها من الخارج ، ثم بعد ذلك نظرتِ إلى نفسك أيضًا .

وعندما سمعتِ الشريط سمعتي كلامًا قويًا ، ساعدك على استنفار الطاقة التي بداخلك .

إنك عندما نظفتِ السيارة من الداخل والخارج فإذا اقترب منها أي شخص وحاول أن يشينها فسوف تشتمينه ؛ لأنك تريدين أن تظل السيارة نظيفة ، وكانت حياتك بالأبيض والأسود قبل شرائك الورد ، ولكن بعد ذلك أصبحت بالألوان ، وأصبحتِ تفكرين أفضل ؛ لأن الإنسان يفكر بالصور ، وعنده قدرة على أن يفكر بالألوان ، وعندما طلبت منك أن تضعي الورد في أفضل غرفة وضعتيه في الصالون ؛ كي تستطيعين أن تشاهديه في الداخل والخارج ؛ لأن الإنسان عندما ينظف نفسه يريد أن يكون في أفضل مراحل حياته ، وأنتِ فضلتِ أن تضعي الورد في الصالون ، ولكن لا يصلح أن يكون الورد نظيفًا وموجودًا في هذه الغرفة غير النظيفة ، خاصة وأنكِ نظفتِ نفسك داخليًّا وخارجيًّا ؛ لذلك نظفتِ الغرفة ، ثم بعد ذلك نظفتِ البيت كله ، وعندما نظفتِ كل شيء بدأتِ في تنظيف نفسك شخصيًّا ، وعندما أخذتِ حمامًا

ولبستِ أجمل ثيابك فصورتك الذاتية تحسنت ، فالنظافة الداخلية والخارجية جعلتك تشعرين بالرضا والسعادة ، وعندما جاء زوجك لم يتحمل أن يكون غير نظيف وسط هذا الجو الرائع من النظافة ، فنظف نفسه هو الآخر ، وهذا التنظيف هو محيط حياتنا الخارجي ، ويعمل على التنظيف في المحيط الداخلي .

يقول الله تعالى : ﴿ إِنَّ اللَّهَ لاَ يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ﴾ .. فيجب على الناس أن ينظفوا أنفسهم أولاً وينظفوا أفكارهم ؛ لأن المفكر هو الذي يوجد فكرة في ذهنه ، والفكرة هي السبب في التفكير ، والتفكير هو السبب في التركيز ، والتركيز هو السبب في الانتباه ، والانتباه هو السبب في الإحساس ، والإحساس هو السبب في السلوك ، والسلوك هو السبب في النتائج ، والنتائج هي السبب في المصير ، فإذا أردت أن تغير مصيرك فارجع وغير أفكارك ، وإذا كنت تريد أن تغيِّر في حياتك فابدأ بتنظيف نفسك من الداخل ، ورتب ما بداخلك وخارجك ، فعندما ترتب أفكارك فاسأل نفسك أولاً : ماهي أولوياتك ؟ ما هو الذي تريد أن تفعله أكثر من أي شيء آخر في حياتك ؟ فرتب أفكارك ، ورتب أولوياتك ، وأمسك ورقة وقلمًا الآن ، واكتب ورتب أفكارك وأولوياتك ، وبعد ذلك لاحظ ماذا ستشعر بعد ذلك .

وذلك لأنك أدركت قدراتك اللامحدودة ، وتقبلت نفسك بالكامل ، واخترت ، وتحملت المسئولية ، ونظفت الماضي ، وما هو السبب كي تضمن

---

1 - سورة : الرعد ، الآية : ١١ .

أنك وأنت تسير لن يوجد شيء يجذبك للخلف ، والذي يمكن أن يأخذك للوراء هو الماضي والبرمجة السلبية ، فلابد أن تتعلم منها ، وأن تحولها إلى مهارات ، فحين يفكر المخ في الماضي وتدور الدورة الذهنية ويرجع للماضي فإنه يفتح ملفًا لاستخدامه مع العالم الخارجي والداخلي ، وبالتالي لا يوجد أي شيء يوقفني في الطريق ، وبعد ذلك ما الذي أستطيع أن أفعله ؟! لابد أن أعيش هذه اللحظة بكامل معانيها ، وأرتب أفكاري ، وأرتب أولوياتي ، ومن هنا أستطيع أن أصنع مستقبلي ، والمرحلة التي بعد ذلك مباشرة هي الاستعداد التام ، فالرياضي كي يدخل أي بطولة لابد أن يستعد ذهنيًا وجسمانيًا ، ويحسن التدريب ، وأنا كما تعرفون كنت بطل مصر في تنس الطاولة ، وهذا ليس سهلاً ؛ فأنا كنت أتدرب من 6 إلى 10 ساعات يوميًا ، وكنت أفكر ماذا أريد ، وأقيِّم الذي أريده ، وبعد ذلك أؤكد على الطاقة الجسمانية ، فكنت أجري ميلاً على الأقل ، وبعد ذلك أدرب نفسي حول الطاولة بكل الأوضاع اللازمة .

وهذا يعني أن أي بطل لابد أن يتدرب جسمانيًا وذهنيًا ، ويتدرب على مهارات اللعبة بأكملها ، فالطبيب الجراح لابد أن يكون مستعدًا ، والمهندس كي يبني بيتًا لابد أن يتدرب ويضع الجذور والأساس ، والمرأة الحامل لابد أن تكون مستعدة للولادة ، فتأخذ في الاعتبار جسمها وأفكارها وصحتها ، ولاتدخن ؛ كي يكون الطفل سليمًا عند الولادة ، وهذا يعني أن كل واحد منا لابد أن يكون مسلحًا نفسه ، ويكون مستعدًا تمام الاستعداد لتحديات

الحياة ، فعندما أقول لك : إدراكك لحياتك ممتاز ، وتقبل نفسك بالكامل رائع ، وأنك تقرر استخدام هذه القدرات ، هذه هي البداية ، واختيار الأسلوب الذي تريده ، إذن فأنت الآن بالداخل ، وبعد ذلك تحمل المسئولية كاملة ، فلا تلُمْ نفسك ، ومهما حدث فأنت تنظف نفسك ، وتسير في طريقك إلى مستقبلك ، وبعد ذلك لابد أن تنظف الماضي ، وترتب أولوياتك واهتماماتك .

فهل كل هذا يكفي لتصنع مستقبلك ؟!

كلا .. إن هذا لا يكفي ؛ لأنك لابد أن تكون مستعدًّا للمستقبل ؛ فعندما تضع نفسك في حيز الفعل فتجد التحديات ، فلابد أن تكون مستعدًّا ، وتعرف أنك متوكل على الله تعالى ، وأن النتائج في يد الله عز وجل ، فإذا ركزت على النتائج فسوف نتكلم عنها في موضوع : " **اصنع مستقبلك** " .. وسوف أشرح ذلك هناك بالتفصيل .

الرؤية :

والآن .. ماذا تعني " **رؤية** " ؟ وماذا تعني " **غاية** " ؟ وماذا يعني " **الهدف** " ؟ وماذا يعني : " **الصراط المستقيم** " ؟ وماذا يعني : " **تفاءلوا بالخير تجدوه** " ؟ وماذا يعني : ﴿ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ ﴾[1]؟ وماذا يعني : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ

1 - سورة : آل عمران ، الآية : ١٥٩ .

الصَّابِرِينَ ﴾[1]؟

فعندما تفكر بهذه الطريقة لابد وأن تكون مستعدًا ، ومن ضمن الاستعدادات لابد أن تكون مستعدًّا استعدادًا جيدًا للمستقبل ، هل تذكر عندما قلت : إنني كنت مستعدًّا ذهنيًّا عندما كنت رياضيًّا ، فالآن هيا نستعد ذهنيًّا ، ولكي نستعد ذهنيًّا لابد من المعرفة ، فهل ما تستعد إليه عندك به معرفة ؟ أو عندك مهارة فيه ؟ فلابد أن تقرأ وتنمي نفسك أكثر ، وتقرأ لمدة 20 دقيقة يوميًّا ، واحضر دورات وأمسيات ، وعلم نفسك ، ولو كنت تملك سيارة فضع فيها الأشرطة أو الأسطوانات ، ويا حبذا لو اشتريت ، ولو أنك تعرف لغات أخرى فاقرأ للعلماء الأجانب ؛ لأنهم في منتهى القوة في مجالات معينة ، كما أن العلماء العرب أيضًا في منتهى القوة ، فاجعل سيارتك تتحول إلى جامعة متنقلة ، وإذا كنت لا تريد أن تشاهد التلفاز فلا مانع من أن تشتري وتشاهده ، ولو تستطيع أن تشتري عجلة وتحرك يديك ورجليك وأنت تشاهد التلفاز أو الـ DVD، وبالتالي يصبح عندك طاقة حركية وجسمانية ، وتستفيد منهما معًا ، وكما قال **أينشتاين**: إن المعرفة قوة .. وقال : لو كان عندك معرفة أنك تستطيع أن تعمل مصيدة للفئران أفضل من جيرانك فسوف تأتيك الجيران لتعمل مثلك ..

وبالتالي تجد أن الإنسان الذي عنده حكمة وقدرة يعرفها بنفسه ، أو يكتسبها من العالم الخارجي ، وأنا في رأيي أنك لابد أن تعرف الطريقتين ؛

---

1 - سورة : البقرة . الآية : ١٥٣ .

فللاستمرار لابد وأن تكون ماهرًا في المعرفة ، فكن مرنًا وماهرًا في المعرفة ؛ لأنك بالمعرفة توقظ قدراتك ، فمن الإدراك إلى التقبل الذاتي ، إلى القرار ، إلى الاختيار ، إلى تحمل المسئولية ، إلى تنظيف الماضي وترتيب الحاضر ، وإلى الاستعداد التام ، والتام يعني أنني عندما أعطيك كتابًا اليوم فاقرأ فيه ، وخذ معك قلمًا أخضر وأحمر ، وأشِرْ فيه ، فبالقراءة السريعة تنتهي من الكتاب في ساعة ، وبعد ذلك إلى المعرفة التامة ، ولكن ليس المهم أن تنتهي من الكتاب بالكامل في ساعة ، ولكن ينبغي أن تجعل هذا الكتاب بحثًا ، فخذ الكتاب صفحة صفحة ، وبالقلم الأحمر استخرج المعلومات التي توسع آفاقك ، وتعلم منها واستفد ، وعندما تخرج المعلومات الخاصة بك تكون عبارة عن مزيج من المعلومات الخاصة بالكاتب والمعلومات التى تعرفها أنت .. **وفي النهاية تجد نفسك قد تسلحت بالمعرفة .**

وكل ذلك كنا نتكلم عن الأسباب ، وسنتكلم الآن عن الجزء الروحاني ، وهو : " **النية** " .. أي أنك تنوي أن تستخدم قدراتك ، وتنوي أن تستخدم كل حواسك ، وتنوي أن تساعد أكبر عدد من الناس ، وتنوي أنه مهما حدث فإنك لن تترك أحلامك وأهدافك ، وتنوي أن تتوكل على الله ﷻ ، وهذه هي النية ، وكما قال الله ﷻ : ﴿ **فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ** ﴾[1] .. إذا أردنا أن نأخذها واحدة تلو الأخرى ، فإذا هي شرط..

---

1 - سورة : آل عمران . الآية : ١٥٩ .

فإذا عزمت فتوكل على الله ، إذا قررت واخترت وتحملت المسئولية ، وقررت أن تستخدم حواسك ، أو تأخذ بكل الأسباب وتخطط تخطيطًا سليمًا ، وتعرف أهدافك وتضعها في الفعل ، وتقيمها وتعدلها ، وتضعها مرة أخرى في حيز العقل ، ويكون عندك صبر ومرونة ، وكل ذلك سنستخدمه في موضوع : " **اصنع مستقبلك** " .. فطوال حياتك أنت دائمًا تقول : يارب ، أنا أخذت بكل الأسباب .. وتتوكل على الله عز وجل ، والله ﷻ يحب هذا النوع من المتوكلين .

إذن فالأسباب في الجوارح ، والتوكل في القلوب ، فأصبح العالم الداخلي متجهًا إلى الله ﷻ ، والعالم الخارجي يتحرك ويجري ، ولكنه يعرف أنه ليس بمفرده ، وأنه متوكل على الله ﷻ ، وهذه جملة مهمة جدًا ، ولابد أن تتدبرها وتعيها .

فإذا فُتنت بالأسباب فستهلك بالأسباب ، وهذا الذي يحدث مع كثير من الناس ، فإنها تأخذ بكل الأسباب ، ورغم ذلك لا تنجح ؛ وما ذاك إلا لأنهم اعتقدوا أن الأسباب هي التي تُنجح ، ونسيت أن المسبب هو الذي يُنجح ، فعندما ترجع إلى مسبب الأسباب ، ويعطيك سببًا من هذه الأسباب ، ويسَخِّر لك هذه الأسباب ؛ لأنه ﷻ يحب المتوكلين من هذا النوع ، وهنا تجد نفسك سائرًا في طريق قوتك الذاتية .

والآن نحن نوقظ قدراتنا ، فهيا نكرر ذلك مع بعضنا البعض من البداية.

+ **الإدراك :** هل أدركت قدراتك أم لا ؟! وهل ستتعثر في الطريق بسبب كلام الناس وآراء الآخرين أم ستدرك قدراتك اللامحدودة ، وتعرف أنك أفضل مخلوق عند الله عَزَّ وَجَلَّ ؟!

+ **التقبل :** هل تقبلت نفسك بالكامل أم لا ؟!

+ **القرار:** هل قررت أن تستخدم قدراتك أم لا ؟!

+ **الاختيار:** هل اخترت الأسلوب المناسب أم لا ؟!

+ **تحمل المسئولية :** هل تحملت المسئولية ، ولا تلوم أحدًا ، ولا تنتقد ، ولا تقارن ، ولا تحسد ؛ حيث كل ذلك يضيع وقتك وحرام أم إنك لا زلت تفعل ذلك ؟!

+ **تنظيف الماضي :** هل نظفت نفسك من الماضي ؟! فتنظف الماضي فتتعلم منه ، وطالما أنك تعلمت منه فعندما تفكر فيه لا يضايقك ، وطالما أنه أصبح لا يضايقك فقد أصبح مهارة ، وطالما أنه قد أصبح مهارة فتختفي الأحاسيس السلبية .

+ **ترتيب الحاضر :** هل رتبت الحاضر ؟! وما هي أولوياتك ؟! ما الذي تريده أكثر ؟! فاكتب كل ذلك .

+ **استعد لمستقبلك :** هل أنت مستعد تمامًا للمستقبل ؟! هل عندك

المعرفة الكافية ؟! هل أنت ماهر ؟! هل بدأت تقرأ كل يوم لمدة 20 دقيقة ؟! هل بدأت تسمع كل يوم ولو شريطًا واحدًا ؟! هل بدأت تشاهد كل يوم ولو حلقة فيديو واحدة ؟! هل بدأت تفكر بطريقة إيجابية ؟! ولو أن عندك تحديًا فهل فكرت كيف تحل هذه المشكلة ؟! ولا تدخل إلى التحدي وتصبح جزءًا من المشكلة ، أريدك أن تكون جزءًا من المشكلة وتتعلم من كل شيء يحدث لك في حياتك .

✦ **النية:** هل نويت نية صافية لله ﷻ ؟! هل نويت أن تستخدم قدراتك اللامحدودة ؟! هل نويت أن تأخذ بكل الأسباب ؟! ولو تعثرت تقوم مرة أخرى ؟! ولو تعثرت خمس مرات تقوم في السادسة ، وإذا تعثرت سبع مرات تقوم في الثامنة ... وهكذا .. إلى أن تحقق هدفك ، وقال الصينيون شيئًا عظيمًا جدًّا : إذا وقعت فقع على ظهرك .. وذلك لأنك عندما تقع على ظهرك تستطيع أن تنظر إلى أعلى ، وعندما تنظر إلى أعلى تقف لأعلى ، وفي هذه الحالة تتحرك في طريق مستقبلك وتحقيق أهدافك ، فطالما أنك نويت فلابد وأن تكون هناك طاعة تامة ، والطاعة هي أن تطيع الله سبحانه وتعالى ، حتى تصنع مستقبلك ، وتصل إلى اليقظة ، فعندما توقظ نفسك وتدرك قدراتك اللامحدودة ، وتتقبل نفسك بالكامل ، وتمر بكل هذه المراحل .. إذن فلابد من أن تكون هناك طاعة تامة لله سبحانه وتعالى ، وتقول : أنا نويت يا رب أن تكون هناك طاعة تامة ؛ حتى لا تخطئ في الطريق وتذهب إلى طريق التدخين والمخدرات .

وطالما أن هناك طاعة تامة فلابـد من الإخلاص .. أن تخلص لله ﷻ ، ولا يوجد هناك شـيء أفضل من الإخلاص التام لله ﷻ ، وطالما أنك تطيع الله سبحانه وتعالى ، وتحبه وتؤمن به فلابد من أن تخلص له .

وطالما أنك تعلمت الإخلاص فأنت إنسان مخلص لله ، ومخلص لنفسك ، ومخلص للآخرين ، ومخلص في عملك ، وعندما تخلص في شـيء يخلص لك ويحبـك ، وتذكر شيئًا هامًّا ، وهو أن الذي تريده يريدك ، والذي تخلص له يخلص لك ، والذي تتفانى له تجده يتفانى لك ، وطالما أنك فكرت في شـيء ودخل في إدراكك يصبـح موجودًا في وجدانك ، وعندما تضعه في حـيز الفعل يصبح موجودًا في مصيرك .

والآن .. الخطوة التي بعد ذلك هي الوفاء :

أو الإيمان بـالله ﷻ ، والإخلاص له ، والوفاء لله ﷻ ، والوفاء مرتبـط بالعرفان ، وذلك عندما تقول لأي شخص عندما يريد أن يدعوك على العشاء : شكرًا جدًّا ، فالعرفان هو أنك تعرف ، والعرفان هو شيء مستمر في الزمن ، ولا تنسَ أبدًا ، فتخيل أن الله ﷻ الذي خلقك بيده الكريمة ، وسخر لك السماء والأرض ومابينهما ، فهذا العرفان يدخل فيه الحمد لله ﷻ وشكر الله ، ويقول الله ﷻ بـعد أن تفعل كل ذلك : ﴿ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لأَزِيدَنَّكُمْ ﴾[1] .. وهذه هي روعة جمال وحـكم الله ﷻ ، وبـالتالي فنحـن نكون جاهزين الآن لنصنع

1 - سورة : إبراهيم . الآية : ٧ .



مستقبلنا ، فهل أنت جاهز لكي تصنع مستقبلك الآن ؟! هل تريد أن تعيش سعيدًا ؟! هل تحب أن تصل إلى مرحلة متقدمة ماديًّا ؟! هل تحب أن تترك بصماتك في الدنيا ؟!

فلقد حان الوقت .. فأنت في جميع الأحوال تعيش ، فعِش بطريقة صحيحة ، وأنت في جميع الأحوال تأكل ، فكل بطريقة صحيحة ، و أنت في جميع الأحوال تتنفس فتنفس بشكل صحيح ، وأنت في جميع الأحوال ستتزوج فتزوج وعِش بطريقة سعيدة ، وأنت تريد أن تنجب أولادًا ، فكن أبًا ناجحًا ، وكوني أمًّا ناجحة لهم ، وأنت تريد أن تعيش سعيدًا في الحياة ، فاترك بصماتك لهؤلاء الناس ، وأنت قد تعلمت شيئًا ، فلا تنتقد الناس وعلمهم ؛ كي يفتح الله عليك بالعلم ، وأنت تملك الأموال ؛ فساعد الآخرين ، وأنت أصبحت الآن قناة وصل بينك وبين الله ﷻ ، وإياك أن تقول : أنا أعطي هذا وهذا ولا أحد يعطيني .. بل إنك قبل أن تعطي الناس اسقبلت منهم أولاً ، وكل ما أعطيت أكثر فستستقبل أكثر .

والآن .. هيا بنا ننتقل إلى الجزء الثاني الأساسي ، وهو " كيف تصنع مستقبلك " ..

ولكي تصنع مستقبلك تذكر جيدًا أنك تعيش اللحظة الآن وكأنها آخر لحظة في حياتك ، فعِش بحب الله ، وعِش بطاعة الله ، والإخلاص له ، والوفاء له ﷻ ، وحب الله ﷻ من كل قلبك ، واشعر بلذة الإيمان ؛ لأنها

تنتشر في كل مكان من جسمك ؛ فاشعر بها ، وتخلق بأخلاق الرسول ﷺ الذي قال له الله ﷻ : ﴿ وَإِنَّكَ لَعَلى خُلُقٍ عَظِيمٍ ﴾[1] .. وما أحسن قول شوقي :

إنما الأمم الأخلاق ما بقيت فإن همو ذهبت أخلاقهم ذهبوا

فهذه هي الأخلاق ، وبعد ذلك تعلم من الرسل والأنبياء والصحابة والأولياء والصالحين أنك تعيش بالأخلاق ، وبعدها تقرأ ، كما قال الله ﷻ : ﴿ اقْرَأْ ﴾[2] .. وهو فعل مباشر مستمر في الزمن ، فلابد أن تقرأ وأن تنمي نفسك باستمرار ، وأن تدخل معها المرونة التامة ، فعندما نزل سيدنا جبريل بالوحي على سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم أخذه وضمه وقال له : ﴿ اقْرَأْ ﴾ .. فقال النبي ﷺ : "ما أنا بقارئ " .. فضمه أكثر ، وقال له : ﴿ اقْرَأْ ﴾ .. قال : "ما أنا بقارئ " .. فضمه أكثر ، وقال له : ﴿ اقْرَأْ ﴾ .. فقال : "وماذا أقرأ ؟! " قال : ﴿ اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ * خَلَقَ الإنسان مِنْ عَلَقٍ * اقْرَأْ وَرَبُّكَ الأَكْرَمُ * الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ * عَلَّمَ الإنسان مَا لَمْ يَعْلَمْ ﴾[3] .

فهذه مرونة ؛ لأن الرسول ﷺ يريد هنا أن يعرف ماذا يقرأ ، فهذا هو حب العلم والمعرفة ، ونجد أيضًا ﷻ : ﴿ وَعَلَّمَ آدَمَ الأَسْمَاءَ كُلَّهَا ﴾[4] .. فلا

---

1 - سورة : القلم ، الآية : ٤ .
2 - سورة : العلق ، الآية : ١ .
3 - سورة : العلق ، الآية : ١ : ٥ . والقصة أخرجها البخاري في " بدء الوحي " .
4 - سورة : البقرة ، الآية : ٣١ .

وجود للمعرفة لو لم يكن هناك أسماء للبشر ، فلابد أن يزيد حبك لله عز وجل ؛ فقم الآن وصلِّ ركعتين لله سبحانه وتعالى ، وهيا نذهب معًا إلى الجزء الثاني لنعرف كيف نصنع مستقبلنا ؟




الجزء الثاني
د. ابراهيم الفقي
اصنع مستقبلك

بسم الله الرحمن الرحيم

وَقُلِ ٱعْمَلُوا۟ فَسَيَرَى ٱللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُۥ وَٱلْمُؤْمِنُونَ ۖ

التوبة : 105

اصنع مستقبلك

اصنع مستقبلك

يقـــــول الله ﷻ : ﴿ وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ ﴾[1].

وهنـا يحثنـا الله ﷻ علـى العمـل ، فعندمـا تعمـل تنجـز ، وعندها ترضى عن نفسك لأنك تحقـق ذاتك ، وتحقـيق الذات من ضمن المفهوم الذاتي ، فتجد تقديرك الذاتي أنك تتحسن وترضى عن نفسك أكثر ، وتتحسن صورتك الذاتية ، وترضى عن نفسـك أكثر وأكثر ، وتحقـق ذاتك أكثر وأكثر ، فتزيد ثقتك بنفسك ، وتريد أن تنجز من البداية ، وهذه هي روعة الله ﷻ .

وأنا أمشـــي في هذه الأرض كما قـــال الله ﷻ : ﴿ هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الأَرْضَ ذَلُولاً فَامْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا ﴾[2].. والله ﷻ قـــد جعل لنا الأرض ، وأمرنا أن نمشـي في مناكبـها .. ويريدك أن تتحـرك فيها ، وتقـرر وتخطط ؛ لتصنع وتنفذ وتعيش فيها ، كما قـــال ﷻ : ﴿ وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ

1 - سورة : التوبة . الآية : ١٠٥ .
2 - سورة : الملك . الآية : ١٥ .

عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ ﴾[1] .. لأن الوقت حان لكي تصنع مستقبلك ، فأنت صانع مستقبلك بأفكارك وأسلوبك وتنفيذك لأفكارك ، وفي هذا المعنى يقول شوقي :

وما نيل المطالب بالتمني ولكن تؤخذ الدنيا غلابا

أي لا يمكن أن يجلس الشخص في بيته وينتظر أن يطرق الحظ بابه ، فالحظ يطرق بابك كثيرًا ، ولكنك تكون غير موجود ؛ فيطرق على جيرانك .

فعندما تبدأ في التفكير أنه حتى يأتي الحظ إليّ فليس فقط أتمنى ، فهل يمكن أن تتمنى أن تدخل كلية الطب وأنت راسب في الثانوية العامة ، إن هذا لا يمكن أن يكون ، وهنا يكون التفكير الإيجابي ليس له أي فائدة .

** معرفتي ** www.ibtesama.com منتديات مجلة الإبتسامة

وهنا قال **خليل مطران** :

اعزم و كِدَّ فإن مضيت فلا تقف واصبر وثابر فالنجاح محققُ
ليس الموفق من تواتيه المُنى لكنَّ من رُزق الثباتَ موفقُ

وقال أحد **الفلاسفة الإغريق** : على الإنسان الاجتهاد والكفاح كي يهبه الخالق التيسير والنجاح ..

والآن .. هيا نكتشف معًا استراتيجية متكاملة ؛ كي تصنع بها مستقبلك إن شاء الله .

---

1 - سورة : التوبة ، الآية : ١٠٥ .

أول شــيء لابــد أن تفكر فيه هو الرؤية ، وهى تعني أن تعرف ماذا تريد بالتحديد ، سواء على المدى القصير أو المدى البعيد ، ومعظم الناس لاتعرف الفرق بين الهدف والرؤية والغاية .

فالهدف مستمر في الزمن والرؤية والشيء الذي تريد أن تصل إليه ، فما هي رؤيتك ؟ ما هو الشيء الذى تريد أن تصل إليه أكثر من غيره في حـياتك ؟ كيف ترى نفسك ؟ جيد ماديًّا أم لا ؟ سـعيد أم لا ؟ فهذه هي الرؤية ، فعندما تغمض عينيك ترى هذه الرؤية ، والرؤية قـد تكون شـيئًا تريد أن تحققـه بـعد 10 سنوات أو 25 سنة ، فمن الممكن أن يقول أحدنا : إنما الأعمار بيد الله .. وهذا أكيد ، ولكن الله ﷻ هو الذي أعطانا هذا المخ كي نفكر ونخطط به ، فهل أنت تخطط وتفكر .

وقد يقول أحدنا : أنا رؤيتي أن يكون عندى شركة ألكترونيات كبـيرة ، أو شركة في تدريب التنمية البشرية ، فهذه هي الرؤية وعندما أسـأله : متى تريد أن تكون الرؤية جاهزة ؟ فيقول : خلال العشر سنوات القادمة ، بعد ذلك لابد أن يكون عند هذه الرؤية غاية ، والغاية لابـد أن تكون مبـنية على مرضاة الله ﷻ ، والارتبـاط بـه والتقرب منه ، وإذا لم يحدث هذا أصبـح النجاح دنيويًّا وغير مسـتمر في الزمن ؛ لأن النجاح أصبـح نجاحًا مؤقـتًا ، وليس دائمًا ، وأي نجاح تنتجه تريد أن تأخذه معك ، وهذه هي الروعة من الرؤية ، فعندما أقـول ما هي رؤيتك ؟ تقول : هي شـركة ألكترونيات .. فما هي الغاية ؟ هي التقـرب

إلى الله ﷻ .. فكيف يكون هذا ؟ لأنك ستساعد ناسًا كثيرين ، وتعلمهم كيف يحبون الله ﷻ ، وتقربهم إلى الله ﷻ ، وتكفل يتيمًا وتعلمه ، أو تساعد طالبًا فقيرًا على أن يكمل تعليمه ، أو تساعد أسرة فقيرة على العيش .

كل ذلك يقربك أكثر من الله ﷻ ويجعل نجاحك مستمرًا في الزمن ، وليس مقصورًا على النجاح المادي الدنيوي الذي ينتهي في الدنيا .

وكما قال **عبد الله بن عمرو بن العاص** رضي الله عنه : **" احرز لدنياك كأنك تعيش أبدًا ، واعمل لآخرتك كأنك تموت غدًا "** .

لو نظرت إلى هذه الحكمة الرائعة لوجدت أنك لكي تعمل لدنياك فيجب عليك أن تتصل بها بأحاسيسك وأهدافك وسلوكياتك ، ولكن لو فكرت في أنك قد تموت غدًا وتعيش بهذا الاعتقاد فستجد أنك يجب أن تنفصل عن الدنيا وتركز انتباهك وأحاسيسك وتصرفاتك واتصالك بالآخرة .. **فكيف نعيش متصلين ومنفصلين في نفس الوقت ؟!**

إن معنى ذلك هو أنك تتصل بالدنيا وتتمتع بها على أن تفكر في الآخرة ، وأن الموت قد يكون هذه اللحظة فتعيش باتزان فتتخذ الدنيا طريقًا إلى الآخرة .. وتتخذ الآخرة طريقًا روحانيًا للدنيا ، وبذلك تعيش نجاحًا متزنًا ومستمرًا في الدنيا والآخرة ؛ ولذلك فإن لم تكن الرؤية واضحة تمامًا ومرتبطة كليًا بغرض روحاني وهو الارتباط بالله ﷻ ، أصبحت رؤية مرتبطة بالمادة وقتها في الدنيا .

والغرض يأخذنا إلى المرحلة التالية في طريق مستقبلنا ، وهو الرغبة المشتعلة.

الرؤية هي وقود السلوك ، والرغبة المشتعلة هي وقود جبار مشتعل يدفع الإنسان إلى الفعل .

ولكن كيف تستطيع الحصول على الرغبة المشتعلة ؟

إن الإجابة بسيطة .. وهي : الأسباب .

عندما تكون الرؤية واضحة فذلك يعطيها قوة ودَفعة إلى الأمام ، وعندما تكون مرتبطة بطاعة روحانية عالية تزداد الرغبة في تحقيقها ، وعندما تعطى الرؤية على الأقل بخمسة أسباب لتحقيقها تزداد الرغبة وتشتعل وتدفعك إلى السلوك .

إذن فالأسباب التي تعطيها لنفسك ، والتي من أجلها تريد تحقيق هذه الرؤية تسبب الرغبة المشتعلة.

والآن دعني أسألك :

هل رؤيتك واضحة تمامًا ؟

هل تعرف ماذا تريد ؟

هل تعرف الغاية من الرؤية ؟

هل غايتك من تحقيق رؤيتك هي التقرب أكثر من الله سبحانه وتعالى والارتباط به ﷻ ؟

وهل رغبتك مشتعلة في تحقيق رؤيتك ؟

أي أنك قررت وأخذت تحقق رؤيتك مهما كانت الظروف أو المؤثرات أو آراء الناس .

وذلك يأخذك إلى المرحلة التالية في طريق صنع مستقبلك وهي :

الاعتقاد الذاتي :

إن الاعتقاد لا يشترط أن يكون الشيء حقيقة أو خيالاً .. واقعًا أو غير واقع ، ولكن كل ما يشترطه الاعتقاد هو أن تعتقد فيه ، فمن الحكمة أن يكون عند الشخص رؤية واضحة وغاية روحانية ورغبة مشتعلة ، ولكنه لا يعتقد أنه في مقدرته تحقيق رؤيته ؛ لذلك فلن يحقق هذه الرؤية .

إن الاعتقاد الذاتي القوي هو المدعم للرغبة المشتعلة ، والتي بدورها تدعم الرؤية الواضحة ، والتي هي الأخرى عندما تكون مرتبطة بمرضاة الله سبحانه وتعالى تصبح مستمرة في الزمن ، وتمنح النجاح في الدنيا والآخرة .

والآن دعني أسألك :

هل تعتقد أنك بإذن الله ستحقق رؤيتك ؟

ما هي نسبة اعتقادك ؟

وما هو الشيء الذي يمكنه أن يضعف اعتقادك ؟

من المهم أن تعرف أنه لكي تستطيع فعلاً أن تحقق رؤيتك فيجب أن تكون رغبتك مشتعلة ، وأن يكون اعتقادك الذاتي مدعمًا وقويًا لذلك .

فمن الرؤية الواضحة .. إلى الغاية الروحانية .. إلى الرغبة المشتعلة .. إلى الاعتقاد الذاتي .. نستمر في رحلتنا إلى صنع مستقبل ونصل إلى المحطة التالية وهي ..

الأهداف :

في الصورة الذاتية لا يكون العالم الخارجي مختلفًا عن العالم الداخلي ، فلو أن العالم الداخلي ضعيف فالعالم الخارجي سيكون ضعيفًا ، إن الصورة الذاتية هي الصورة التي ترسمها لنفسك بسبب اعتقادك عن نفسك ، وبسبب آراء الناس عنك ، فمن الممكن أن تجد من يشجعك ، أو يدعمك ، فلو أن مدرسك شجعك فستجد لنفسك صورة ذاتية قوية ، فأغمض عينيك وخذ نفسًا عميقًا ، واعمل صورة عنك ، وهذه الصورة خط فيها جميع الألوان التي تحبها ، أدخل عليها النور ، ثم ادخل بنفسك داخل الصورة وأنت تحقق هدفك ، وأنت تحقق رؤيتك ، اجعلها واضحة تمامًا ، ثم اخرج منها وأعطِها طاقة بنفسك ، ثم في كل يوم ، وقبل النوم خاصة انظر إلى هذه الصورة ، واضحة وقوية ، وكلما نظرت إليها داخليًا أكثر كلما رأيتها خارجيًا أكثر ، ثم في كل يوم صباحًا أغمض عينيك وانظر إلى الصورة حتى تسطع في ذاكرتك ، وتكون موجودة في عقلك الباطن ، حتى تصبح عادة ، ومن غير الصورة لا يمكن أن تغيِّر .. ﴿ **إِنَّ اللَّهَ لاَ يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ** ﴾[1] .. فلا يمكنك أن تغير العالم الخارجي إلا بعدما تغير ما بداخلك ، **فمن الرؤية إلى الغاية ،إلى الغرض ، والاعتقاد الذاتي ،إلى الصورة الذاتية ،إلى الأهداف ..**

---

1 - سورة : الرعد ، الآية : ١١ .

فأنت مثلاً تريد أن تفتح شركة كبيرة ، ويكون غرضك من هذه الشركة أن تساعد أي عدد من الناس ، واعتقادك الذاتي أنك إن شاء الله مهما كانت الظروف والتحديات مع الناس ، وأي شيء في الدنيا سأحققه ، وإن كان هناك من حققه من قبل فسأكون أنا الأفضل ، وإن لم يكن هناك من حققها من قبل فأكون أول من حققها .

بعد كل ذلك نقول : إن الرؤية لابد وأن تنقسم إلى أهداف صغيرة ، فأي رؤية في العالم طالما أنها قد قُسمت إلى أهداف صغيرة فإنها تتماشى مع أهدافك الحالية وقدراتك وإمكانياتك ومصادرك ، ثم توصل إلى المرحلة التي تليها ، وكلما حققت هدفاً بسيطاً وأنجزت وكلما رأيت تقدمك أمامك تتحسن الصورة الذاتية أكثر ، وتزيد ثقتك في زملائك أكثر وأكثر ، وتحقق ذاتك ، وكما يقول الله ﷻ : ﴿ وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ ﴾[1].

حين كنا أطفالاً صغارًا كنا نكلم آباءنا وأمهاتنا ، ونقول : أحب أبي ، أو : أحب أمي .. المهم أن نتكلم عن نفسك ، وحتى الآن فإن الناس تحب أن تتكلم عن نفسها .. أنا تعلمت .. أنا سافرت .. أنا معي لغات .. أنا جيد .. أنا قوي .. أنا فعلت كذا وكذا ، فإن كل واحد منا يريد التقابل الاجتماعي ، فتخيل أن الله ﷻ يقول : ﴿ وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ ﴾ .. وانظر وتدبر في كلمة : ﴿ اعْمَلُوا ﴾ .. فلابد من أن تفكر في العمل ، ولابد من أن تحرك جسمك في العمل ، ولما تنجز ترضى عن نفسك ، فتتحسن صورتك

1 - سورة : التوبة . الآية : ١٠٥ .

الذاتية ، وتقديرك الذاتي ، وثقتك في نفسك ، وتجد نفسك سعيدًا في حياتك ؛ فإن الإنسان حين ينجز يتقدم أكثر وأكثر ، فالله ﷻ يقول : ﴿ فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ ﴾ .. أي أنا أنظر إليك يا ابن آدم ، وليس هذا فحسب ، بل : ﴿ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ ﴾ .. لذلك فيجب أن تتحرك ، فتعالَ لنفتح الرؤية ، ونقسمها لأهداف ..

فتقول : أنا أريد أن أفتح شركة كبيرة ، والغرض منها واضح ، والرؤية واضحة ، والغاية واضحة .. وهي التقرب إلى الله ﷻ والارتباط به تعالى ، والصورة الذاتية أن أحقق أمنيتي هذه .

هذه الشركة هل معك المال اللازم لإنشائها ؟ وهل خططت لها جيدًا ؟ وهل المال الذي معك يكفي أم أنه قليل ؟

فابدأ .. ولو أن الذي معك مبلغ بسيط فابدأ .. اشترِ كتابًا وتعلم ماذا تعني كلمة : " **تخطيط استراتيجي** " .. كي تصل لغاية هذه الشركة وتحققها .. **تعلم الاتصال** ؛ لأنه لابد وأن سيكون هناك اتصال بينك وبين الناس ، **وتعلم لغة .. تعلم الكمبيوتر والمحاسبة .**

بعد فترة ستجد نفسك تتعلم شيئًا فشيئًا ، وكل هدف يقربك من الهدف الذي بعده .

إن الهدف يعتبر درجة سلم ، فإن كنت صاعدًا إلى الدور العاشر مثلاً ، فحين تصعد الدرجة الأولى فهذه هي هدفك الأول والذي يوصلك إلى هدفك

الثاني فالثالث فالرابع .. وهكذا .

فكل درجة من هذه الدرجات تخدم رؤيتك ، وكذلك وأنت تريد افتتاح شركتك ، من الغاية كل هدف يخدم الرؤية ، والغاية تزود الغرض ، وتزود القوة فيها ، فكل هدف تحصل عليه على قدر إمكانياتك ، فأنت تركز على الهدف فقط ، ورؤيتك موجودة في صورتك الذاتية .. فالرؤية واضحة ، وكل ما تعرض الصورة على عينيك فستجد الصورة واضحة أمامك ، وكذلك الرؤية واضحة ، وهذا هو ما تريد أن تص إليه خلال العشر سنين إن شاء الله ، وهذا هو التخطيط .. فالرؤية تساعدك ، ولكنك تركز على الهدف ، وهذه معادلة هامة جدًّا ، أن تعرف الفرق بين رؤيتك التي تريد تحقيقها في المستقبل ، ولكن في الوقت الحاضر إمكانياتك تقول : متى ستستطيع تحقيق الهدف ، إن الناس تحبط حين تنظر إلى الرؤية فتجدها مازالت بعيدة ، ولكن حين تقسمها إلى أهداف صغيرة ، وتضع كل قوتك وكل طاقتك في تحقيق هذا في الوقت الحاضر ، فالهدف الذي أمامك هو الذي تستطيعه ، وبمجرد تحقيقه ستجد نفسك تقرأ الكتب أكثر ، وترى أناسًا لم ترها من قبل ، ستقابل أشياء لم تقابلها من قبل .

هذه هي روعة الهدف ، بمجرد أن تفكر فيه فهو يفكر فيك ، وأنت تريد أن تقفز مباشرة على الدور العاشر ، في حين أن التركيز على الدرجة الأولى أفضل .

فأول شيء هو الرؤية ،التي تربطها بغاية تعطيها قـوة الغرض ، وتعتقـد في ذاتك ، وتراها داخليًّا . وتقسمها إلى أهداف .. **وهذا ممتاز.**

وسنبدأ ننفذ بعد ذلك مباشـرة ، ولكن لابـد من أن نعرف شـيئًا هامًّا جدًّا ، وهو الشجاعة ، وهذا هو الشيء الذي بدونه لن تصل إلى أي شيء .

وهل هذه الشجاعة تأتي من نفسـها ؟! كلا .. إن الإنسـان الذي يمتلك الشـجاعة يعرف بالتحـديد ماذا يريد ، يعرف بالتحـديد كيف يفعل ، يعرف بالتحديد متى يفعل .

إنه يساعد عددًا من الناس ، وهذه بمفردها تعطيك الشجاعة.

فما الذي قد يوقف الشجاعة ؟

إنه الخوف.. الخوف من المجهول ، الخوف من الاعتراض ، الخوف مـن الاستهزاء ، الخوف من الفشل ، بـل هناك الخوف من النجاح ! ! هناك أناس تقول : إن الناس الناجحين قد يكونون لصوصًا أو نصابين ، أو بعيدين عن الله سبحـانه وتعالى ، أو إن النجاح قـد يجعلني إنسـانًا أنانيًّا .. إن كل هذا الكلام غير صحيح طبعًا .

إنني أريدك أن تسأل نفسك سؤالين حين تواجه الخوف ، وهما :

- ما هو أسوأ شيء قد يحدث لي ؟
- ما هو أحسن شيء قد يحدث لي ؟

واستمر وانظر في عيني الخوف ، وبمجرد أن تنظر في عينيه فستتعلم منه ،

ستجده يبتسم لك ، ويقول : لم آت أبدًا كي أخيفك ، بل لقد أتيت كي أعلمك فأنا من أفضل من يعلمك ، ولكنك لا تريد أن تتعلم ، وأنت سميتني خوفًا ؛ ولذلك أصبحت أعطيك من نفس نوع أفكارك ، ولكن حين تفكر فيَّ تجدني هدية من عند الله ﷻ ، أنا موجود كي أعلمك كيف تتعلم من المواقف ، وكيف تكون حريصًا أكثر ، فالشجاعة لابد وأن يكون معها الحرص ؛ فأنت تخوض المخاطر بشجاعة ، والشجاعة هي أن تضع أفكارك موضع الفعل ، تريد أن تبدأ في كتاب فابدأ وانتهِ منه ، أن تنظر لإنسان تحبه وتقول له : إنك فعلاً تحبه ، كما جاء عن **أنس بن مالك** رضي الله عنه أن رجلاً كان عند النبي ﷺ ، فمر به رجل ، فقال : يا رسول الله ، إني لأحب هذا .. فقال له النبي ﷺ : " أعلمته ؟ " .. قال : لا .. قال : " أعلمه " .. قال : فلحقه ، فقال : إني أحبك في الله .. فقال : أحبك الذي أحببتني له .[1]

إن الشجاعة أن ترتاح وقت ما تريد أن ترتاح ، أنك تضع نفسك في حيز الفعل ، ولابد أن تضع نفسك في حيز الفعل ، هذه هي الشجاعة التي نتكلم عنها ، هذه هي القوى الذاتية التي نتكلم عنها ، هي التي تجعلك تنظر للخوف وتقول له : لن تستطيع أن توقفني ، أتعرف لماذا ؟! لأنك صديقي ، لأنك هديتي ، لأنك معي ، أنا لا أخاف منك ، أنا أتمناك وأريدك .. ستجد أن الخوف يقول لك : أنا موجود في حياتك كي تتحسن .. كي تتقدم .. كي

---

1 - أخرجه أبو داود .

تبتعد عن هذه التصرفات السلبية ، إذا كنت تدخن فاترك التدخين ؛ لأنه لا يناسبك ، وكذلك فإنك ستجد عاقبته في الآخرة ..

فالشجاعة قوة تحركك للأمام ؛ لأنك بها تضع أفكارك في حيز الفعل ..

فالأولى الرؤية ولابد وأن تكون مرتبطة بغاية ، لابد وأن يدعمهم غرض ، لابد وأن يكون اعتقادك الذاتي واضحًا وقويًا ، لابد تكون صورتك الذاتية واضحة ، وتعرف الأهداف ، وتقسمها وتأخذ هدفًا وتمضي فيه كي تحقق الرؤية ، وكل هدف منها يخدم الرؤية ، وكل هدف منها يخدم الغاية ، وبعد ذلك مباشرة الشجاعة ، فلابد وأن يكون عندك الشجاعة أن تضع أفكارك في حيز الفعل ، ثم إلى التخطيط الاستراتيجي .

تمامًا كما لو أن شخصًا يريد أن يسافر ، فهل يستطيع أن يسافر بدون أن يشتري تذكرة للسفر ؟ كلا بالطبع ، هل تستطيع أن تسافر دون أن تخطط لسفرك ؟ أو بدون أن تعرف إلى أين وجهتك ؟ أو بدون أن تحجز في فندق معين ؟ أو بدون أن يكون معك أموال تستطيع أن تعيش منها هناك ؟ أو بدون أن تضع لنفسك ميزانية ؟

ومعنى ذلك أنك لابد وأن تخطط كل هذا الوقت وبكل هذا المجهود لمجرد سَفرة ستسافرها ، فأي الأمور أهم .. أن تخطط للسفر ، أم أن تخطط لحياتك كلها ؟! ومع ذلك قد لا تجلس أكثر من 10 دقائق أو ساعة لا أكثر كي تخطط

لحياتك ، لذلك أقول لك : **تعالَ معي الآن ، وأمسك ورقة وقلمًا ، وهيا بنا نخطط سويًا ..**

في التخطيط الاستراتيجي أنت تأخذ الهدف وتضعه في الاحتمالات ، فماذا يمكن أن يحدث لو أنك وضعته في الفعل مباشرة ؟ كيف أقاوم التحديات التي قد توقفني ؟

إن قانون التحكم يقول : " **حين تفكر في احتمالات حل أزمة مستقبلية فإنك يكون عندك أكثر من بديل** " .. ولو لم تفعل ذلك لما استطعت أن تواجهها ؛ فأول شيء في التخطيط الاستراتيجي هو أن تفكر في كل الاحتمالات التي قد توقفك عن تحقيق هدفك ، وهدفك هو الذي يوصلك إلى الرؤية كي تحلها مقدما ؛ حتى تكون جاهزًا ، ويكون عقلك مدربًا ذهنيًّا ، ولكن وللأسف الشديد معظم الناس لا تفكر بهذه الطريقة ، فمثلاً طالب في الثانوية العامة يقول : أنا أذاكر كي أدرس في كلية الطب .. ولكنه لو لم يدخلها فإنه يُحبط ، أما هناك بدائل يمكن اختيارها .

- **البديل الأول هو أن تقبل دخول كلية أخرى.**
- **يمكنك إعادة السنة.**

فلابد وأن يكون عندك أكثر من بديل ، ولكن لو كان عندك اختيار واحد فقط ولم يتحقق فإنك قد تحبط .

وبعد البدائل نبدأ في الخطوة التالية ، **وهي التخطيط الاستراتيجي ..**

التنفيذ .. سنبدأ في التنفيذ ، وأنت تنفذها فإنك تنفذ الهدف خطوة خطوة ، وعند كل خطوة تقف ثم تتجه للخطوة التي تليها مباشرة . وهي التقييم ، وأنت تنفذ تقيِّم ما تنفذه مباشرة ؛ فأنت حين تنفذ قد تظن أنك قد وضعت أفكارك في حيز الفعل وهي ليست فيه ، وبعد ذلك تجد الفعل الذي أخذته لا يؤهلك لشيء ، وتجد نفسك قد أصبت بالإحباط ؛ لذلك فالتقييم مهم جدًّا .

فمثلاً .. تجد أن معظم أولئك الذين يريدون إنقاص وزنهم يضعون أنفسهم في نظام غذائي معين ، وينتظم عليه فترة ثم يتعب ويعود مرة أخرى كما كان ؛ والسبب في ذلك هو أنه أثناء هذا الروتين لا يقيم نفسه .. هل هذا الروتين فعلاً ممتاز ؟ هل أنا أتحرك فيه بطريقة صحيحة ؟ أولئك الذين سبقوني فيه ونجحوا .. لماذا نجحوا ؟ وكيف نجحوا ؟ وهل من الممكن أن أنجح أنا أيضًا ؟ أم أن أفكاري هي السبب في أني لا أستطيع أن أحقق النجاح ؛ فتجد نفسك تعدل من أفكارك ، وهذه هي الخطوة التي بعد التقييم ، فتجد أن الشجاعة موجودة ، وأنك وضعت جميع الاحتمالات ، ووضعت جميع البدائل ، ونفذت ، ولما قمت بالتنفيذ والتقييم قمت كذلك بالتعديل .

كما لو كنت تمشي في طريق ، وفجأة وجدت فيه بركة مياه ، وانزلقت فيها ، فقمت ونظفت نفسك ، ونظرت للبركة فكرت ، إما أن تقفز من فوقها ، أو لو كانت بركة كبيرة فتمشي يمينها أو شمالها . أو أن ترجع مرة أخرى كي تأخذ طريقًا آخر . وبهذا تكون قد قيَّمت ولما قيَّمتَ الموقف عدَّلت وغيرت

الطريق ، كي تعمل وتصل إلى الرؤية الخاصة بك ، تمامًا نفس الشيء بالنسبة للرؤية والأهداف .

خطوة تسلمك للتي تليها ، حتى تصل للخطوة التي بعد ذلك مباشرة في التخطيط الاستراتيجي ، وهو التعلم ..

فأنت تتعلم مما حدث من قبل ؛ حتى إذا حدث مرة أخرى تعرف كيف تتصرف معه ..

ومعنى هذا أن التخطيط الاستراتيجي عبارة عن التنفيذ والتقييم والتعديل والتعلم .

والتنفيذ مستمر في الزمن دائمًا ، فطالما أنك تعيش ، وطالما أنك حي وتتنفس فحتى آخر نفس تظل باستمرار تقيِّم كل شيء ، ثم تعدل فيها ، ولما تتعلم منها تنفذها مرة أخرى بصورة أفضل .

وتذكر دائمًا شيئًا هامًّا جدًّا ، وهو شكر الله ﷻ ؛ لأن الله سبحانه وتعالى أعطاك كل هذه المنن والمنح والهبات من عنده ؛ لأن الخطوة القادمة ستحتاج إلى كل قوتك ، والتحدي الذي لقيته – مهما كان هذا التحدي – ما دمت قد صبرت عليه فإن الله ﷻ يقول : ﴿ إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ ﴾ [1] .. إن هؤلاء الصابرين يدخلون الجنة بغير حساب ، وكأن الله عز وجل قد أعطاك هذه الهدية كي تصبر ؛ لكي يعظم لك الأجر ، ويغفر لك ، وحين تصل إلى المرحلة التي بعدها مباشرة وتنظر وراءك تقول : الحمد لله أن جعلني أتغلب

---

1 – سورة : الزمر ، الآية : ١٠ .

وأصبر على هذا التحدي ، ولولا هذا التحدي ما كنت ممكن أكون أقوى مما أنا فيه ، ولقد صبرت ، ولما صبرت كافأني الله ﷻ ، وليس ذلك فحسب ، بل إن الله ﷻ يقول : ﴿ وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ ﴾ [1] ..

فالتخطيط الاستراتيجي هو التخطيط والتقييم والتعديل والتعلم والتنفيذ ، وفي نفس الوقت وأنت تقوم بكل ذلك تشكر الله ﷻ طوال هذه المسيرة ، تقول : اللهم لك الحمد والشكر ، اللهم لك الحمد والشكر كما ينبغي لجلال وجهك وعظيم سلطانك وتعداد مخلوقاتك وسعة عرشك حتى ترضى يا أكرم الأكرمين ، يا رب أنا صابر ..

المرحلة الثانية : القوة الثلاثية ، وتتكون من الالتزام ، والإصرار ، والانضباط..

من الممكن أن تكون ملتزمًا بالاستيقاظ من النوم مبكرًا لإنجاز شيء ما ، فهذا هو الالتزام ، ولكن من الممكن أن يأتي عليك وقت تكون متعبًا فيه ؛ فلا تستطيع الاستيقاظ ، وهنا تكون مرحلة الإصرار ، فالإصرار يجعلك مصرًا على الالتزام ، وقد تكون مصرًا على الأمر لدرجة عالية جدًا ، مصر لدرجة أن أحدًا لا يستطيع أن يثنيك عن فعلك هذا في يوم من الأيام ، وهذا هو الانضباط ، أن تعمل شيئًا كل يوم بدون انقطاع ، وهذا هو معنى ما روته **عائشة رضي الله عنها** أن رسول الله ﷺ سُئل : أي العمل أحب إلى الله ؟ قال ﷺ :

---

1 - سورة : آل عمران ، الآية : ١٤٦ .

" **أدومه وإن قـــل**" [1]، وهذا هو معنى الانضبـاط ، وهو اسـتمرارية الإصرار ، والإصرار هو الإصرار على الالتزام .

فالهدف يوصلك إلى الرؤية ، وهو يخدم الغاية ، فكل شيء متسـق ومنسـق مع الآخر ، فمن غير المعقـول أن تقـول : إنك ملتزم بـغير دليل ؛ فكل الناس ملتزمون كي يكونوا أغنياء ومستقـرين نفسـيًّا ، وكي يدخلوا الجنة ، كلنا ملتزمون بـدين ، ولكن لابـد وأن نتسـاءل : أي شـيء ملتزم بـه هذا الإنسـان ؟ فلابـد وأن يكون الالتزام إيجابـيًّا ؛ فمن الممكن أن تجد إنسـانًا ملتزمًا ، ولكنه التزام سلبي ، كذلك الذي يلتزم ويصر وينضبط على عادة التدخين .

كنت أكتب بحث " **نجاح بلا حـدود**" .. وتكلمت عن **توماس إديسـون** والتزامه ، فلقد فشـل 9999مرة كي يصل إلى أن يخترع المصبـاح الكهربـي ، والتزام **كولونيل ساند رزحين** فشـل في 1007مطعمًا ، والتزام **والت ديزني** حـين رُفض من 302بنك كي يسـتطيع أن ينشـيء **الكود سـنتر** ، وكذلك التزام **هوندا** ذلك الرجل الذي لم يكن شـيئًا سـيئًا لم يحدث له ، وكذلك تكلمت عن التزام **هاجر** من الصفا إلى المروة 7مرات ، كان الله ﷻ يسـتطيع أن يفجر المياه من تحت أقدام ابنها **إسماعيل** عليه السلام من أول مرة ، ولكنها كان لابـد وأن يكون عندها دافع وطاقـة ومهارة وتضعهم في حـيز الفعل ، وأن تكون صابرة وملتزمة ومصرة ومنضبطة .

---

1 - رواه مسلم .

فتجد أن الإنسان حين يعجز يقول له الله ﷻ: لقد تعبتَ؛ فكفاك تعبًا، وحان الوقت كي تحقق ما تريد.

إنني شخصيًّا حين يكون عندي رؤية لا أخبر بها أحدًا ممن حولي، حتى من يعملون معي، لكن قد أخبرهم بالهدف؛ لأنك قد تخبر أحدًا برؤيتك فيعطيك رأيًا خاطئًا يثنيك عن عزمك، أو يجعلك تتخلى عن رؤيتك.

كنت من قبل أخبر الناس برؤيتي؛ لأن ذلك يدفعني لأن أحققها؛ لأنني لو لم أحققها فإن الناس سيسخرون مني، ولكنني الآن أقول: إن وجهة النظر هذه كانت خاطئة؛ لأنك حين تتكلم تستهلك الطاقة بدون جدوى، ولكن عليك أن تخرج هذه الطاقة في الفعل، هذا الحماس الذي يستهلك في الكلام ينبغي أن يكون في الفعل لا في الكلام.

فالتخطيط الاستراتيجي هو أن تنفذ وتقيم وتعدل وتتعلم وتنفذ مرة أخرى، ومع كل ذلك تحمد وتشكر الله ﷻ، فمثلاً كان عندك الالتزام والقوة في تعلُّم لغة ما، وكنت فعلاً ملتزمًا وتريد أن تتعلمها، ولكنك في مرحلة ما انشغلت أو مرضت فلم تكمل، وهذا التزام ضعيف؛ لأنك إذا كنت مصرًّا على الأمر ستكون ملتزمًا به، ولكنك قد تصر وتلتزم لمدة أسبوع أو أسبوعين أو شهر مثلاً وتتوقف، وهنا يأتي الانضباط؛ فالانضباط يعني الاستمرارية، فمهما كان تظل ملتزمًا بفعل شيء ما، ومصرًّا على هذا الالتزام، ومنضبطًا على ذلك الإصرار، وبهذا تكون هذه الثلاثية تكمل بعضها، وهذا ما أسميه بالقوة الثلاثية.

ثم المرحلة التالية .. وهي المرونة ، فغير ممكن إطلاقا أن تصنع مستقبلك دون أن تكون مرنًا إذا لم يتحقق شيء من هذه الأشياء .

لقد لاحظت عاملاً مشتركًا في الناجحين في العالم ، وذلك حين قمت بعمل برنامج على الفضائيات اسمه : " **لقاء مع شخصية ناجحة** " .. يجمع 30 شخصية ناجحة قابلتهم ، كل شخصية أروع من الأخرى ، تكلموا كثيرًا عن أشياء في منتهى الروعة ، كلهم بدون استثناء عندهم 3 صفات أساسية :

- **الإيمان بالله ﷻ .**
- **الرؤية الواضحة .**
- **شجاعة بلا حدود** .. أى أن عنده مرونة تجعله لو حدث خطأ يتعلم منه ، ولا يتركه إطلاقًا حتى يحققه .

إن المرونة كما في قانون من قوانين العقل الباطن يقول : " **إن الشخص الأكثر مرونة يستطيع التحكم في أحاسيسه ، ويحقق أهدافه أكثر من الشخص الذي ليس عنده مرونة** " .. وذلك لأن الشخص المرن يعرف كيف يفكر بطريقة مختلفة ، فإذا فكر بطريقة لا توصله إلى الطريق الذي يريده فإنه يفكر بطريقة مختلفة ، وهذه هي الطريقة التي يعيش بها **اليابانيون** ، وهم يعيشون بثلاث كلمات رئيسية ، **وهي** :

- **السلام والتحية .**
- **الشكر .**
- **التحسن المستمر .**

وأنا لاحظت كلمة رابعة ، وهي **المرونة الدائمة** ، فلابد وأن تحسن نفسك كل يوم ، وإذا فكرت بطريقة لا توصلك إلى النتائج المطلوبة فكن مرنًا ، وغيِّر من طريقة تفكيرك .

ومعنى ذلك هو الاتزان ، والانضباط ، والإصرار على تحقيق الأهداف ، والوصول إلى رؤية ، والمرونة في الأسلوب ، فعندما تقول : أنا مرن .. فإذا أتتك نتيجة أخرى غير التي تركز عليها فهل تترك الهدف وتذهب إليها ؟ وانتبه جيدًا من هذه النقطة ، لأنها نقطة هامة جدًّا ، وتسبب الكثير من المشاكل عند كثير من الناس ، ولكن اسأل نفسك وقتها : ما الذي جعلك تركز على هدف جديد ؟ هل هو أقوى بالنسبة لك في القيم ؟

والآن عندما أقول لك : إن عندك التزامًا وإصرارًا وانضباطًا ومرونة تامة في الأسلوب الذي تتخذه ، فالخطوة التي تأتي بعد ذلك هي الصبر .

فلا تستطيع أن تفعل كل ذلك ، أن تصنع مستقبلك دون أن يكون عندك الصبر ؛ لأنك سوف تواجه تحديات ، وأنا كلمتك منذ قليل عن الصبر ، وأنك لابد وأن تأخذ بالأسباب ، وتواجه التحديات ، وتفعل كل شيء ، ولكن لابد وأن يكون عندك الصبر ، فأنت توكلت على الله ﷻ ، وفعلت كل شيء ، ولكن الله تعالى يضع أمامك تحديًا كي يريك كيف ستتصرف في هذه المشكلة ، ستصبر أم لا ؟ فأنت تقول : يا رب ، أنا فعلت .. وصبرت .. واتقيت .. يقول

الله ﷻ : ﴿ وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا * وَيَرْزُقْهُ مِنْ يَحْتَسِبُ ﴾[1].. أي دون أن تحسبها بالأسباب من أموال أو صحة أو أشخاص ، أو أي شيء ، فكل ذلك سوف يأتيك ؛ لأنك تتقي الله ، والتقوى تأتي بالإيمان ، والإيمان يوصلك للطاعة ، والطاعة توصلك للإخلاص ، والإخلاص يوصلك للوفاء ، وكل ذلك لله ﷻ .

ثم الخطوة التالية هي الاستحقاق .. فأنت الآن تحقق أهدافك ، ومن أهدافك تصل إلى الرؤية ، ثم بعد ذلك الاستحقاق ، وكلمة الاستحقاق : أي أنك تستحق ، فأنت فعلت كل ذلك من رؤية ، وغاية ، وغرض ، واعتقاد ذاتي ، وصورة ذاتية ، وبدأت تنفذ وتخطيط استراتيجيًا ، وحققت أهدافك ، وبعد كل هذا التعب تقول لنفسك : أنا أستحقها .. أنا تعبت وأستحق كل ذلك النجاح .. اللهم لك الحمد والشكر .. فإذا كنت قد حصلت على هذا النجاح مبكرًا لما شعرت بهذا النجاح ؛ فهناك الكثير من الناس التي تحقق أهدافها ورغم ذلك لا يكونون سعداء ؛ وذلك لأنها لا تكون مبنية على قيم عُليا ، وتحصل عليها سريعًا ، ولأنك لا تشعر بأنك تستحقها فلن تستمر عليها ، وستجد نفسك غير سعيد .

ثم بعد ذلك المرحلة التالية ، وهي مساعدة الآخرين .. فبعد أن وسع الله ﷻ عليك ، ووسع أهدافك ، وأعانك على تحقيقها ، فلابد وأن

---

1 - سورة : الطلاق . الآية : ٢ ، ٣ .

تساعد الناس ، بل تساعد أكبر عدد منهم ، فإذا أردت أن تستمر أفكارك في الزمن فلابد وأن تعطيها للآخرين ، كما قيل **لزينو**: أنت من حكماء هذا العصر .. فقال لهم : لن أكون حكيمًا حتى أصنع الحكماء .. فكي تصل إلى الحكمة لابد وأن تصنع الحكماء ، فأنت حققت هدفك ، فلابد وأن تساعد غيرك كي يحقق أهدافه . وهنا تكتمل وتصبح حلقة وصل من الله ﷻ في العطاء ؛ فأنت تستقبل من الله ﷻ ، وتعطي الآخرين باستمرار ، فعندما تأخذ لابد وأن تفكر في غيرك ، ولابد وأن تعطي ، وكن دائمًا كريمًا ، وتذكر عندما تصنع مستقبلك أن تاخذ بكل الأسباب ، والأسباب تأتي من الجوارح ، وهي الحواس الخمسة ، وتتوكل على المولى ﷻ ، وهي تأتي من راحة القلوب والصدور ؛ لأن القلب فيه ذاكرة ، كما يقول الله تعالى : ﴿ **خَتَمَ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِهِمْ** ﴾[1] .. أي أن القلب نفسه لم يعد فيه ارتباط بالمولى ﷻ ، وأنت لابد وأن تأخذ بكل الأسباب التي سخرها الله لك ، والتي علمك إياها .. من القراءة التي تقرأها ، والأشرطة التي تسمعها ، والفيديو الذي تشاهده ، والدورات التي تحضرها ، والبرامج التي تتابعها وتشاهدها ، وكل الناس الذين تتعلم منهم ، فلابد وأن تأخذ بكل هذه الأسباب وتضعها في حيز الفعل ، وتخطط لها ، وتقيمها ، وتعدلها ، وتتعلم منها ، ثم تضعها في حيز الفعل مرة أخرى ، وفي الأثناء التي تقوم فيها بكل ذلك تتوكل على المولى ﷻ ، كما يقول

---

1 - سورة : البقرة ، الآية : ٧ .

الله سبحانه وتعالى : ﴿ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ ﴾[1].. والمتوكلون هم الذين يأخذون بالأسباب ، ويتوكلون على الله سبحانه وتعالى ؛ فهو سبحانه وتعالى يحب هذا النوع من المتوكلين ، فعندما تأخذ بالأسباب تكون من أولئك المتوكلين الذين يحبهم المولى عز وجل ، وتأكد من ذلك .. **أحبك الله وأعزك في الدنيا وفي الآخرة.**



1 - سورة : آل عمران ، الآية : ١٥٩ .



الخاتمة


أيقظ قدراتك
واصنع مستقبلك
د. إبراهيم الفقي

الخاتمة

أنا أعجبت جدًّا حين قرأت كلمة **شوقي** :

وما نيل المطالب بالتمني ولكن تؤخذ الدنيا غِلابا

وهذا الكلام يعني أنك إذا جلست في البيت ، ولم تقم بأي شيء فلن تحصل على أي شيء ، وهناك مثل **إنجليزي** يقول : **" لا تفكر في شيء ، ولا تعمل شيئًا ، فلن تحصل على أي شيء ، ولن تصبح شيئًا "** ..

والآن تعالَ أسألك سؤالاً : هل من الممكن أن تفعل كل ذلك ثم لا تستطيع تحقيق هدفك ؟!

أكيد ممكن ؛ لأنك إذا لم تحقق هدفك فهناك سبب من اثنين ، إما أنك أخذت بالأسباب دون أن ترجع إلى مسبب هذه الأسباب ، أو أنك قد أُصِبت بالغرور ؛ لأن النجاح يمكن أن يوصل إلى النجاح ، ويمكن أن يوصل إلى الفشل ، وهذا الفشل مطلوب ؛ كي تركز على قدراتك الحقيقية التي اعطاك الله سبحانه وتعالى إياها ، وترجع إلى الله تعالى ، وتتوكل عليه ، وتساعد أكبر عدد من الناس ، وهنا " **قانون الرجوع** " .. فلا يمكن أن تساعد أي شخص دون أن

www.ibtesama.com منتديات مجلة الإبتسامة

تشعر بالسعادة ، وفي نفس الوقت تجد أن الله ﷻ يعطيك أكثر وأكثر .

طوال مشوارك في هذه الدنيا لابد وأن تتذكر دائمًا من أنت ، وتتذكر أنك أفضل مخلوق عند الله ﷻ ، واعرف دائمًا قيمة نفسك .

في وقت من الأوقات كان هناك صياد ، وكان يصطاد أشياء غريبة ، كأن يصطاد بقرة ذات شكل عجيب ، أو أن يصطاد غزالة صغيرة ويظل يربيهم ، وفي يوم من الأيام كان على سطح جبل ، ووجد بيضة نسر ، فكان يريد أن يقوم بتجربة ، فأخذ البيضة ووضعها مع بيض الدجاج ، وأخذ كذلك النسر معه ، وبعد فترة فقس البيض كله في وقت واحد .. بيض الدجاج وبيضة النسر ، فظن النسر الصغير نفسه دجاجة ، وخرج للحياة ووضع رأسه في الطين ، وبدأ يأكل الحبوب مثل باقي الدجاج ، وحاول أن يقلد أصواتهم ولكنه لم يستطع ؛ لأن صوته مختلف عنهم تمامًا ، وذات يوم لاحظ أن هناك طائرًا يطير في السماء ولونه ذهبي ، يا لروعة خلق الله ﷻ ، وكانت أجنحته كبيرة ، وكان يطير بروعة وثقة ، فنظر إليه وقال : هل من الممكن أن أكون مثل هذا الطائر ؟! فقال له جميع الدجاج : اسكت .. اسكت ، وابتعد عنه ؛ لأن هذا نسر ، وقد يأكلك ، فهرب النسر مع الدجاج ، ولكن كان بداخله شيء يقول له : لماذا لا أكون مثل هذا الطائر ؟! أنا عندي إحساس أني من الممكن أن أكون مثل هذا الطائر .

وذات يوم خرج مبكرًا ، ونظر للطائر ، وحاول أن يقلده ويبسط أجنحته

مثل هذا الطائر ، وقال : أنا أجنحتي كبيرة مثل هذا الطائر ، وليست مثل باقي الدجاج ، وأنا أكبر منهم بكثير .. وفكر أن يقفز ، فخرجت له دجاجة وقالت له : لماذا لا تصدق أنك دجاجة ؟! أنت لست سوى دجاجة ، وسوف تؤكل إذا لم تهرب من هذا الطائر .. ولكنه لم يتأثر بكلامها ، واستمر في محاولاته في القفز من أجل الطيران ، فأيقظت باقي الدجاج ، فضحكوا عليه وسخروا منه ، ولكنه استمر في المحاولة ، وقفز بالفعل وطار ؛ وتأكد أنه نسر وليس دجاجة ، وهذا الذي أريدك أن تتذكره باستمرار ، إنك لست نسرًا ، ولكنك أفضل مخلوق عند الله ﷻ ، ولا تجعل الدجاج يسخر منك ، احذر من أولئك الذين يسرقون أحلام الناس أن يسرقوا أحلامك ، ولا تجعل الناس تؤثر عليك ، ومهما قابلك من صعوبات تذكر أن الصعوبات من عند الله ﷻ ، وكلما صبرت يعطيك الله ﷻ أكثر وأكثر ، وهناك مثل قاله **هوميروس** ، قال : **" على الإنسان الاجتهاد والكفاح كي يهبه الخالق التيسير والنجاح "** .. وطوال حياتك كن من المحسنين ، وتذكر قول الحق تبارك وتعالى : ﴿ وَلاَ نُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ ﴾[1].. والله تبارك وتعالى يعطي المحسنين ، ولأنك محسن وكريم ، وهي من صفات الله ﷻ ، فلابد وأن تشكر الله ﷻ على هذا الكرم .

وطوال حياتك في هذه الدنيا ضع نفسك في حيز الفعل ، وضع نفسك في حيز المجهود ، وكلما بذلت مجهودًا أكثر فإنك تستفيد أكثر ، وهناك مثل عربي يقول : **" من جدّ وجد "** .. فأنت تتعب ، والله لا يمكن أن يضيع تعبك ، إن

1 - سورة : يوسف ، الآية : ٥٦ .

الله ﷻ لا يضيع أجر من أحسن عملاً ، وتذكر أيضًا قول **المتنبي** :

على قدر أهل العزم تأتي العزائم وتأتي على قدر الكرام المكارمُ

وتعظم في عين الصغير صغارها وتصغر في عين العظيم العظائمُ

وتذكر باستمرار أن كل شيء يحدث في حياتك يحدث لسبب ، وهذا السبب يخدمك .

والآن ، وقبل أن أختم أريد أن أعطيك استراتيجية جميلة .. **" كيف تشعر باسترخاء جميل ، وتصنع مستقبلك بطريقة جميلة "** ..

فاترك كل شيء تعمله ، واقرأ هذه السطور مرة ، ثم بعد ذلك قم بها بمفردك ..

خذ نفسًا عميقًا في 4 عدات ، ثم أخرج الزفير في 8 عدات .. ببطء .

الشهيق من الأنف ، والعد أربعة ، والزفير من الفم ، والعد ثمانية .

والآن أرِح عضلات عينيك تمامًا لدرجة أن لا تستطيع أن تريحهم أكثر من ذلك .

والآن .. ابدأ أرِح كل مكان في جسمك ، وابدأ من أول أصابع قدمك اليمنى ، ثم أصابع قدمك اليسرى ، واشعر بأنها مسترخية ، وأرِح رجلك اليمنى ، واشعر بأنها مسترخية ، وأرِح رجلك اليسرى ، واشعر بأنها مسترخية ، ولاحظ أن الراحة تصعد إلى ركبتيك ، وأرِح ركبتك اليمنى ، واشعر بأنها مسترخية ، وأرِح ركبتك اليسرى ، واشعر بأنها مسترخية ،

ولاحظ أن الاسترخاء يصعد إلى جسمك بهدوء ، وتلَمَّس كل جزء وكل عضلة في جسمك ، إلى أن تصل إلى بطنك ، وأرِح بطنك تمامًا من الداخل ومن الخارج ، واشعر بأنها مسترخية ، ولاحظ أن الراحة تصل الآن إلى صدرك ، واشعر بأن صدرك مسترخٍ تمامًا ، وأرِح كتفك الأيمن ، واشعر بأنه مسترخٍ ، وأرِح كتفك الأيسر ، واشعر بأنه مسترخٍ ، وأرِح ذراعك الأيمن ، واشعر بأنه مسترخٍ ، وأرِح ذراعك الأيسر ، واشعر بأنه مسترخٍ ، وأرِح أصابع يدك اليمنى ، واشعر بأنها مسترخية ، وأرِح أصابع يدك اليسرى ، واشعر بأنها مسترخية ، واجعل الراحة تصل إلى حلقك ، واشعر بأنه مسترخٍ ، وتصل إلى وجهك ، أرِح كل جزء في وجهك ، واشعر بأنه مسترخٍ .

واجعل الراحة تصل إلى رأسك ، واشعر أنه مسترخٍ ، وبالتالي اجعل الراحة تصل من رجلك إلى رأسك ، وكل جزء من جسمك مسترخٍ ، وأرِح رأسك من الخلف ، واشعر أنه مسترخٍ ، وأرِح حلقك ، واشعر أنه مسترخٍ ، وأرِح أكتافك من الخلف ، واشعر أنهم مسترخون ، واجعل الراحة والاسترخاء ينزلان إلى ظهرك فقرة فقرة ، واشعر أنهم مرتاحون ، إلى أن تصل إلى كعب رجلك ..

فمن أول كعب رجلك إلى رأسك من الأمام ، ومن رأسك من الخلف إلى كعب رجلك .. حولك طاقة هدوء واسترخاء وراحة..

والآن أريدك أن تتخيل أنك تنزل عشر درجات سلم في سلام وهدوء ، وكل

درجة تنزلها تجعلك تسترخي أكثر وأكثر ، وتنزل الدرجة **العاشرة** وتسترخي أكثر ، **والتاسعة** تستمر في الراحة والاسترخاء ، **والثامنة** ترتاح أكثر ، **والسابعة** فتشعر براحة منتشرة في كل خلايا جسمك ، **والسادسة** تكون كل عضلة في جسمك في استرخاء وراحة ، **والخامسة** ترتاح أكثر وأكثر ، **والرابعة** تدخل في شدة الراحة والاسترخاء ، **والثالثة** وكأنك تدخل في عالمك الداخلي وتلغي عالمك الخارجي ، **والثانية** تشعر براحة تامة داخلية وخارجية ، وفي **الأخيرة** تشعر باسترخاء تام ، ومن هنا تلاحظ أن أمامك بابًا ، وأنت تعرف ما هو شكل هذا الباب ، ولا يشترط أن تراه بالتفصيل ، ولكنك تعرف شكله جيدًا ، اقترب من الباب .. وراء هذا الباب يوجد طريق يؤدى إلى مستقبلك ، افتح الباب .. ستجد ضوءًا ، هذا الضوء مريح لجسمك وأعصابك ، ابدأ وامشِ في هذا الطريق ، وتمر الأيام والساعات والدقائق في الضوء المريح ، وكل خطوة تمشيها تحقق فيها هدفًا ، وتمشي والهدف يوصلك إلى هدف آخر ، ويربطك أكثر برؤيتك وغايتك ، وتشعر أن غرضك يزيد قوة ، وتمشي أكثر وأكثر ، حتى تصل إلى رؤيتك وتحقق أهدافك ، وتنظر خلفك من ناحية اليمين وتلاحظ الاستراتيجة التي استخدمتها لتحقيق رؤيتك ، وتقول : الحمد لله .. وتنظر خلفك من ناحية اليسار ، وينتظر إلى التحديات التي مرت بك ، وكيف استطعت أن تتخطاها ، وتقول : الحمد لله ؛ فأنت الآن قد حققت رؤيتك ..

ولاحظ .. يا ترى أين أنت الآن ؟! ماذا تلبس ؟! ومَن حولك ؟! وما هي حاله الطقس ؟! وماذا تسمع ؟! وبم تشعر ؟! ومِن هنا اصنع لنفسك صورة كبيرة ، وضع فيها كل الألوان التي تحبها ، وسلط عليها الضوء بالدرجة التي تفضلها ، وكبِّر حجمها للدرجة التي تريدها ، وقربها منك للدرجة التي أنت تريدها ..

والآن .. كأنك تدخل بداخلها ، وتشعر بها ، وتتنفس بداخلها ، إلى أن تصبح أنت وصورتك شيئًا واحدًا .

والآن اخرج من الصورة ، ودعها إلى أن تطفو فوقك وحولك ، ومن هنا ردد 3 مرات : الحمد لله . . الحمد لله . . الحمد لله . .

ثم ارجع من نفس الطريق التي أتيت منها ، الدقائق والثواني والساعات والأيام ، وارجع إلى مكانك في الوقت الحاضر ، ومن هنا انظر إلى هناك ، ستجد أن صورتك قد تحققت ، ورؤيتك قد تحققت ، ومن هنا تنظر وتقول : إنها مسألة وقت .. إن شاء الله سوف أحقق رؤيتي .. ثم ادخل من نفس الباب الذي خرجت منه ، وستجد الدرجات العشر التي نزلت عليهن ، وكل درجة تصعدها تجد لها قيمة ومعنى ، وتصعد الدرجة الأولى ، وهي **التقبل الذاتي** ، وتشعر كيف أنك متقبل نفسك تمامًا ، مهما كانت الظروف والتحديات ، أو آراء الناس ، فأنت متقبل نفسك تمامًا ، وتعرف أنك أفضل مخلوق عند الله ﷻ ، وتصعد الدرجة الثانية ، وهي **صورتك الذاتية** ،

وأنت تربي نفسك بوضوح عندما تحقق رؤيتك ، وتصعد **الدرجة الثالثة** ، وهي **التقدير الذاتي** ، أى تقدير نفسك وخبراتك وتجاربك ومهاراتك أكثر من أي وقت آخر في حياتك ، وتصعد **الدرجة الرابعة** ، وهي **الاعتقاد** ، وأي اعتقادك في قدراتك أصبح أقوى ، وتصعد **الدرجة الخامسة** ، **وقد أصبحت تعرف أنك فعلاً تستحق أن تحقق أهدافك وتعيش أحلامك** ، وتصعد **الدرجة السادسة** ، وهي **الرغبة** ، فلقد أصبحت رغبتك مشتعلة أن تصل بإذن الله إلى القمة ، وتصعد **الدرجة السابعة** ، وهي **القدرات** ، فلقد أصبحت تكتشف كل يوم قدرات لم تخطر لك على بال ، وتصعد **الدرجة الثامنة** ، وهي **أن تتعلم استراتيجيات جديدة** ، حتى تصنع قدراتك في الفعل ، وتصعد **الدرجة التاسعة** ، وهي **الثقة** ، فثقتك بنفسك الآن زادت أكثر من أي وقت آخر ، وتصعد **الدرجة العاشرة** ، وهي **الطاقة الروحانية** ، ولابد وأن توجه كل طاقتك الروحانية ، لابد أن توجه كل طاقتك بقلبك وذهنك إلى الله ﷻ ، فاشكر المولى ﷻ ، واحمده ﷻ ، وعظمه في نفسك ، واشعر بهذه الطاقة الروحانية الجميلة .

والآن .. خذ نفسًا عميقًا ، ومع الزفير قل : **الحمد لله** .. ثلاث مرات ، وارجع وأنت منتعش تمامًا ، وافتح عينيك ..

وكل يوم قبل أن تنام اشرب قليلاً من الماء ، وخذ نفسًا عميقًا ، واتركه مع

الزفير ، وأغمض عينيك ، وكرر داخليًا : **أنا أستطيع تحقيق أهدافي بإذن الله ﷻ .**

أنا أحقق أهدافي ، وأعيش أحلامي بإذن الله ، ورؤيتي واضحة ، والله ﷻ يحميني ويرشدني إلى الطريق الصواب في كل وقت ، وفي كل مكان ، وأنا أنتمي إلى الله ﷻ ، وعندي القدرة أن أصنع مستقبلي ، **وأنا قررت أن أوقظ قدراتي ، وأن أصنع مستقبلي .**

وفي النهاية ..

تذكر باستمرار .. عِش كل لحظة وكأنها آخر لحظة في حياتك ، عِش بحبك لله ﷻ ، عِش بالتخلق بأخلاق الرسول ﷺ ، وبعد ذلك عِش بالكفاح ، وعِش بالحب ..

وفي النهاية .. قدِّر قيمة الحياة .

وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين




أيقظ قدراتك
واصنع مستقبلك
د. إبراهيم الفقي


د. إبراهيم الفقي
الدكتور
إبراهيم الفقي
في سطور


أيقظ قدراتك
واصنع مستقبلك
د. إبراهيم الفقي





الدكتور
إبراهيم الفقي
في سطور



- مؤسس ورئيس مجلس إدارة شركات إبراهيم الفقي العالمية

- مؤسس ورئيس مجلس إدارة المركز الكندي لقوة الطاقة البشرية (ctcphe) ، والمركز الكندي للتنويم بالإيحاء (ctch) ، والمركز الكندي للتنمية البشرية (ctchd) ، والمركز الكندي للبرمجة اللغوية العصبية (ctcnlp) .

- مؤسس ورئيس مجلس إدارة شركة كيوبس (cis) .

- دكتور في علم الميتافيزيقا من جامعة ميتافيزيق بلوس أنجلوس بالولايات المتحدة الأمريكية .

- د . إبراهيم الفقي هو المؤلف لعلم " ديناميكية التكيف العصبي " NCD TM (ro conditioning Dynamics TM) .

- مؤسس علم " قوة الطاقة البشرية " PHE TM (power human energy TM) .

*** معرفتي ***
www.ibtesama.com
منتديات مجلة الإبتسامة

❋ **مدرب معتمد في البرمجة اللغوية العصبية** (NLP) من المؤسسة الأمريكية للبرمجة اللغوية العصبية .

❋ **مدرس معتمد** للعلاج بالتنويم المغناطيسي من المؤسسة الأمريكية للتنويم المغناطيسي .

❋ **مدرس معتمد** للعلاج **بخط الحياة** (time line therpy TM).

❋ **مدرس معتمد** في الذاكرة من **المعهد الأمريكي** للذاكرة **بنيويورك** .

❋ **مدرب معتمد** للتنمية البشرية من **حكومة كيبيك** بكندا **للشركات والمؤسسات** .

❋ **مدرب ريكي** من ..

(the reiki training center of Canada) بكندا ، ومن (global reiki association) .

❋ **حاصل على مرتبة الشرف الأولى في السلوك البشري من المؤسسة الأمريكية للفنادق**

❋ **حاصل على مرتبة الشرف الأولى في الإدارة والمبيعات والتسويق من المؤسسة الأمريكية للفنادق**

❋ **حاصل على** 23 دبلوم ، وثلاث من أعلى التخصصات **في علم النفس والإدارة والمبيعات والتسويق والتنمية البشرية** .

❋ شغل منصب المدير العام لعدة فنادق خمسة نجوم في مونتريال بكندا.

❋ له عدة مؤلفات بثلاث لغات هي(العربية والإنجليزية والفرنسية) حققت له لأكثر من مليون نسخة في العالم .

❋ - درب أكثر من 600000 شـخص في محاضراته حـول العالم ، وهو يحاضر ويدرب بثلاث لغات (العربية والإنجليزية والفرنسية) .

❋ بـطل مصر السابق في تنس الطاولة ، وقـد مثل مصر في بـطولة العالم في ألمانيا الغربية علم 1969 م .

❋ يعيش الآن في مونتريال بـكندا مع زوجته آمال ، وابـنتيهما التوأم نانسي ونرمين .




أيقظ قدراتك
واصنع مستقبلك
د. إبراهيم الفقي

د. إبراهيم الفقي

د. إبراهيم الفقي

قالوا عن الدكتور إبراهيم الفقي


أيقظ قدراتك
واصنع مستقبلك
د. إبراهيم الفقي

ماذا قالوا عن الدكتور

إبراهيم الفقي

❁ " في رأيي يعتبر الدكتور إبـــراهيم الفقـــي من أفضل المحاضرين العالميين " .

برناديت ديكارت – مذيعة – ك ب ل ، لويزيانا ، الولايات المتحدة الأمريكية .

❁ " أكثر من رائع ، ومهارة منقطعة النظير في فن العرض " .

دكتور كليمنت جونسون – طبيب – تكساس ، الولايات المتحدة الأمريكية .

❁ " ممتع ومتمكن ، ويصل إلى المستمع بسرعة وقوة لم أرها من قبل " .

كريستيان ماكدونالد – بريستول مايرز – مونتريال – كندا .

❁ " دكتور إبـــراهيم الفقـــي علمني فن الحياة ، وأضاء لي الطريق إلى السعادة " .

ميشيل جويان – محرر بجريدة أكتواليتي – مونتريال – كندا .

❁ " ندوات الدكتور إبــراهيم الفقــي هي خبرة العمر ، ويجب أن تتاح الفرصة لكل فرد لكي يحضرها " .

روز سولازو – مونتريال – كندا .

❁ " دكتور إبراهيم الفقي أضاء لي الطريق لحياة أفضل " .

سوزيت جورجدو – شركة الطيران الكندية – كندا .

❁ " فريد من نوعه ، ويعتبر من أقوى وأفضل المحاضرين العالميين " .

فرانس مارتل – مذيعة – تليفزيون كيبيك – قناة س ج م – كندا .

❁ " استطاع الدكتور إبــراهيم الفقــي في ثمان ســاعات أن يثير في نفس المحاضَرين آمالاً وطموحًا ، كما اســـتطاع أن يوضح الرؤية والطريق ، وأن يثير في قلوبنا حبًّا وارتباطًا بشخصه ، وهذه معادلة في منتهى الصعوبـة ، لم أقابل من استطاع النجاح فيها في يوم واحد " .

أوديت اسكندر – رئيس مجلس إدارة شركة مصر والشرق الأوسط – مصر .

❁ " ممتاز ، متميز ، وأسلوبــه شــيق ، ومحاضرته لمســت قــلبي وإحساسي ، وغيرت مجرى تفكيري في الحياة " .

عزة فرحات – مدير الموارد البشرية – جونسون واكس – مصر .

❁ **" دكتور إبراهيم الفقي يعزف موسيقى خاصة ، تملأ العوالم الداخلية طاقـة ؛ فتحـرك الآخرين نحو أفلاك الحياة مشحـونة ديناميت ورغبـة في الصعود " .**

الكاتبة الصحفية منى عبد الجليل – الكويت .

❁ **" ممتاز جدًّا ، لم أكن أتوقـــــع أن يكون في مثل هذا التواضع وهذا الاهتمام بالمتدربين " .**

عبد الله حارث الرميثي – رئيس قسم الموسيقى – إذاعة وتليفزيون دبي – الإمارات العربية المتحدة .

❁ **" دكتور إبراهيم الفقي فخر للأمة العربية والإسلامية " .**

هيثم عبد الغني – نائب المدير العام – الشركة السعودية لاستيراد وتصدير الورق – المملكة العربية السعودية .



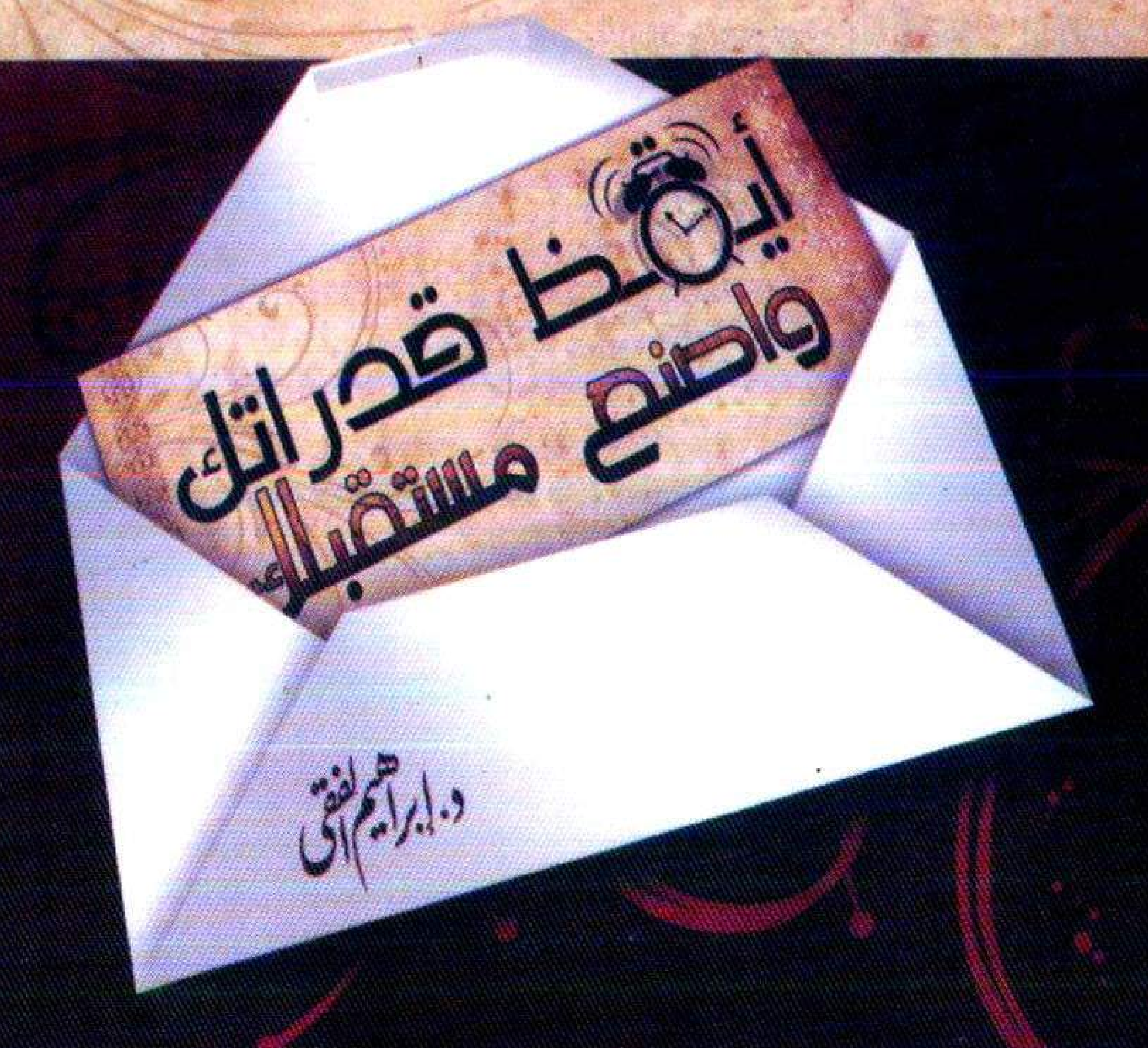

أيقظ قدراتك
واصنع مستقبلك
د. إبراهيم الفقي

الفهرس

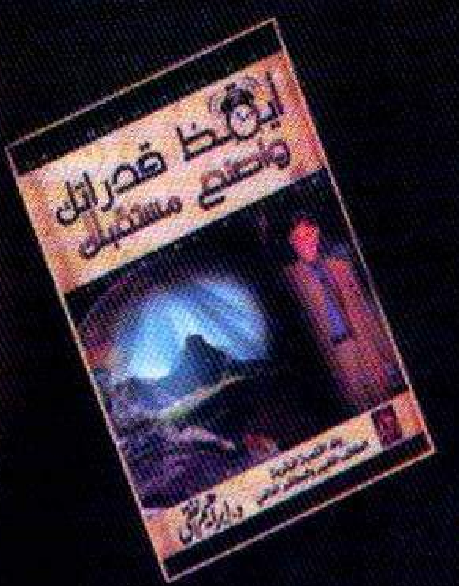
** معرفتي ** www.ibtesama.com منتديات مجلة الإبتسامة




أيقظ قدراتك
واصنع مستقبلك
د. إبراهيم الفقي



عيش كل لحظة كأنها آخر لحظة في حياتك ..
عيش بالإيمان .. عيش بالكفاح .. عيش بالصبر ..
عيش بالحب .. وقدر قيمة الحياة





** معرفتي **
www.ibtesama.com
منتديات مجلة الإبتسامة

جميع حقوق الطبع محفوظة

برقم إيداع : 2007 / 5535 I.S.B.N : 977 - 426 - 014 - 7

92 شارع أحمد عرابي المهندسين - الجيزة - جمهورية مصر العربية
تليفون وفاكس : 33446727 - 33465252 - 33026637 / 02 2+
Rayatop@hotmail.com





www.ibtesama.com